సర్వయోగ సమన్వయము – గుప్తవిద్య (సీక్రెట్ డాక్ట్రిన్ Secret Doctrine)

1. జీవుడు వ్యష్టి ఆత్మ. ప్రకృతి సమష్టి ఆత్మ. ఈ రెంటికి మూలం, కారణం పరమాత్మ.

2. లోకంలో ఆకర్షణీయమైనవి (ప్రేయస్సు). హితమైనవి (శ్రేయస్సు). ఈరెండు మానవుని దగ్గరకు వచ్చినప్పుడు తెలివిగల వాడు హితమైన వాటిని ఎన్నుకుంటాడు. మూర్ఖుడు ఆకర్షణీయమైన జలతారు వలలో పడి చిక్కులు అనుభవిస్తాడు.

3. స్థూల, సూక్ష్మ కారణ శరీరాల కన్నా 'ఆత్మ' వేరైనది.

4. ఆత్మను పొందటానికి తీవ్ర సాధన తప్ప వేరు మార్గము లేదు.

5. ఒకరు మరొకరిని ప్రేమించటానికి కారణము ఇతరుల రూపంలో ఉన్న తన ఆత్మను తాను ప్రేమించటమే.

6. రహస్య సిద్ధాంతములను ప్రకటించిన బ్లావెట్‌స్కీని గూర్చి తెలుసుకోవలసి ఉంటుంది.

7. బ్లావెట్‌స్కీ తన ఆధ్యాత్మిక గురువుల యొక్క ఆదేశానుసారము 1875లో మూడు ప్రధాన విషయములతో (ఊనీలి ఊనీలిళిరీళిచీనీరిబీబిజి ఐళిబీరిలిశిగి) దివ్య జ్ఞాన సమాజమును కల్నల్ ఆల్కాట్ సహకారముతో స్థాపించింది.

8. బ్లావెట్స్కీ అసలు పేరు హెలెనా పెట్రోవ్నా. భర్త పేరు బ్లావెట్స్కీ. తాను 1831 లో 30/31 అర్ధరాత్రి జులై నెలలో జన్మించింది.

9. హెలెనా 19వ శతాబ్దంలో పుట్టిన అద్భుత వ్యక్తులలో ఒకరు. ఈమె విజ్ఞానములో కాని, దర్శన మనో శాస్త్రములలో కాని చూపిన అసమానధైర్య సాహసాలు ఆనాటి సమాజానికి రుచించలేదు. కాని క్రమక్రమంగా తన రచనలలోని సత్యమును గ్రహించగలిగారు.

10. బ్లావెట్స్కీ 1879లో తన రహస్య సిద్ధాంతములతో (ఊనీలి ఐలిబీజీలిశి ఈళిబీశిజీరిదీరీ) అను గ్రంథము వ్రాయుట మొదలుపెట్టింది.

11. బ్లావెట్స్కీ రహస్య సిద్ధాంతములను తయారు చేస్తుంటే, కల్నల్ ఆల్కాట్ దివ్య జ్ఞాన సమాజపు అభివృద్ధికై కృషి కొనసాగించాడు.

12. హెలెనా బాల్యము రష్యాలోని నరాట్ సరాట్వా గ్రామానికి చెందిన తన బామ్మ తాతల సంరక్షణలలో జరిగింది. ఫదీఫ్ అను పేరు గల ఆమె తాత ఆ ప్రదేశానికి గవర్నర్‌గా పనిచేశారు.

13. హెలెనా చిన్నప్పటి నుండి అదృశ్య శరీర ధారులతో మాట్లాడుతూ ఉండటము జరుగుతుండేది.

14. హెలెనా తన 17 ఏళ్ళ వయస్సులో తన కంటే అధిక వయస్సు గల జనరల్ బ్లావెట్స్కీ, ఇరివాన్ ప్రాంతపు గవర్నర్‌తో వివాహం జరిగింది. ఈ వివాహము ఆమెకు ఇష్టము లేదు. అందువలన మూడు నెలల తరువాత భర్త గృహము నుండి తప్పించుకొని తన ఇంటికి తిరిగి వచ్చింది. తన భర్త నుండి దూరముగా ఉండుటకు ఆమె అనేక సంవత్సరాలు అనేక క్లిష్ట సమస్యలను ఎదుర్కొంటూ దేశ సంచారము చేసింది. ఆమె తండ్రి తనకు ఆర్థిక సహాయము చేసేవారు.

15. వివాహము తరువాత ఆమె బ్లావెట్స్కీగా పిలువబడింది.

16. 1851లో బ్లావెట్స్కీ మొదటిసారిగా తన ఆధ్యాత్మిక గురువును భౌతికంగా కలుసుకుంది. అప్పటి నుండి ఆయన బ్లావెట్స్కీని అనేక ప్రమాదకర పరిస్థితుల నుండి రక్షిస్తు, ఆమెకు అనేక ప్రాకృతిక, రహస్యవాద, ఆధ్యాత్మిక సిద్ధులను పొందుటకు తోడ్పడినాడు.

17. బ్లావెట్స్కీ హిమాలయములలో అత్యధిక భాగము గడిపి అచటి గుహలలో అతి ప్రాచీన గురువుల గ్రంథములు చదివి, సాధనలు చేసి అనేక అంతర్‌తలాల (అంతరిక్ష) రహస్యాలను అవగతము చేసుకుంది. అపుడే ఆవిడ "దివాయిస్ ఆఫ్ సైలెన్సు" అనే పుస్తకములో ఆ విషయాలు తెలిపింది.

18. 1873లో బ్లావెట్స్కీ అమెరికా చేరి తాను చేసిన కృషిని అచటి ప్రజలకు అవగాహన కలిగించుటకై ఆధ్యాత్మిక ప్రచారము కొనసాగించింది.

19. ప్రజలకు ఆధ్యాత్మిక సత్యాన్ని ప్రచారం చేయుటకు రెండు విధానాలు అవలంబించింది.
1. తన ఆధ్యాత్మిక శక్తులను ప్రదర్శించుట.
2. అతి ప్రాచీన జీవితపు లోతులను తరచి విప్పిచెప్పగలిగిన జ్ఞానము, పరమ గురువుల చేత రక్షింపబడుతుందని, అది పరమార్థ ప్రయోజనాలకు ఉపయోగించగల సత్పాత్రులకు మాత్రమే ఇవ్వబడుతుందని, ఆ గురువులనే సిద్ధపురుషులని మాష్టర్సు అని చోహాన్సు అని వారిని గూర్చి తెల్పింది అది నిరూపించుటకు 1877లో ఐసిస్ అన్‌వీల్‌డు అను గ్రంథములో, 1888లో లోను తెలియబర్చింది.

20. 1875లో స్థాపింపబడిన దివ్య జ్ఞాన సమాజము యొక్క మూడు ముఖ్యమైన లక్ష్యములు.
1. జాతి, మత, లింగ, వర్ణ భేదము లేకుండా సంపూర్ణ మానవ జాతి యొక్క విశ్వ సౌభ్రాతృత్వ భావనకు కృషి చేయుట.
2. మతము లేక దర్మము- – దర్శనము వేదాంతము – మరియు విజ్ఞానము ఈ మూడింటి మధ్య సమన్వయము సాధించుట. 3. ప్రకృతిలోను, మనిషిలోను అంతర్గతంగా దాగి వున్న శక్తులన్ని బహిర్గత మొనర్చుట.

21. 1979లో బ్లావెట్స్కీ మరియు కల్నల్ ఆల్కాట్ భారతదేశం వచ్చి దివ్య జ్ఞాన సమాజం యొక్క రహస్య సమావేశాలు జరిపి 1000 మందికి పైగా సభ్యులచే విశిష్ఠ సాధనలు చేయించి, వారు తరువాత కార్యక్రమములను కొనసాగించుటకు కృషి చేశారు.

22. బ్లావెట్స్కీ తన రహస్య సిద్ధాంతాలలో 1) విశ్వనిర్మాణ ప్రక్రియను 2) మానవ జాతి నిజమైన చరిత్ర 3) ప్రపంచ ఇతిహాసములలోని రహస్యాలను తెలుసుకొనే విధానము, 4) తీవ్రసాధకులకు ప్రకృతిలోని ఆధ్యాత్మిక వైజ్ఞానిక రహస్యాలను తెలుసుకొనే మార్గములు తెలియబర్చారు. వీటిని అనుభూతిలోకి పొందలేనంత వరకు అవి రహస్యాలే.

23. బ్లావెట్స్కీ తన 61వ సంవత్సరములో 1891లో తన శరీరమును వదలి వెళ్ళినప్పటికి, ప్రజానీకానికి అనేక వేల సంవత్సరాల నుండి మూసి ఉన్న రహస్యాలను బహిరంగపర్చి, మానవునికి, ప్రకృతికి ఉన్న అనుబంధాన్ని తెలియబర్చారు.

24. Spiritualaity (విజ్ఞానం) ఈనాడు చాలా ప్రముఖ పాత్ర వహించినప్పటికి, వైజ్ఞానిక (హేతువాద) దృష్టి కోణములేని ఏ విషయము స్వీకరించలేని స్థితికి వచ్చింది.

25. ఆధ్యాత్మికత అలా కాక కేవలము నమ్మకము మీద ఆధారపడుటచే తన అస్తిత్వమును కోల్పోయే పరిస్థితులు ఏర్పడ్డాయి. ఆధ్యాత్మికత తిరిగి తన పూర్వ ప్రతిష్ఠను పొందాలంటే అది తన విలువలను గౌరవాన్ని పెంచుకోవాలి.

26. ఆధ్యాత్మికత ప్రకారంగా ప్రకృతిలో రెండు శక్తులు పనిచేస్తున్నాయి.
1) జీవితము 2) పదార్థము.

27. జీవితములో తన పరిధిని పరిమితము చేసుకున్న చివరి దశలో పదార్థము అవుతుంది. పదార్థము చేతనత్వ వికాసము (ఎఱుక) పొందినప్పుడు జీవితము ప్రకటించబడుతుంది.

28. జీవితము యొక్క చేతన ద్వారా వికాసము చెందే మార్గములో 10 దశలున్నాయి. వీటిలో 7వ మెట్టు వరకు చేతనత్వము మీద పదార్థము తన అధికారమును నెరుపుచూ ఉంటుంది. ఆ స్థితిలో చేతనత్వము సంతులనమొంది, వికాసము సమతాస్థితినొందుతుంది.

29. సమతాస్థితి అనంత కాలము కొనసాగుతుంటుంది. ఈ స్థితిలో జన్మ, మృత్యు చక్రము కొనసాగుతుంది.

30. జీవితము పదార్థ స్థితిలోకి మారిన తరువాత, పదార్థానికి జీవితము తొలగిపోయింది. కృష్ణావతార స్థితిలో మొదటి సారి తన నుండి తాను ప్రేరణ పొందుతుంది. తత్ఫలితముగా ప్రకృతిని జీవితము స్వాధీన పర్చుకొని, ప్రకృతిలోని చీకటిని దూరం చేసుకొవడానికి ప్రయత్నాలు మొదలుపెడుతుంది.

31. ప్రకృతిని అదుపులోకి తెచ్చుకొన్న మానవుడు అస్త్రవిద్య ద్వారా వాక్ శక్తిని ఉపయోగించి, ఈనాడు యంత్రాలు చేసే పనిని అప్పుడు వాక్ శక్తి ద్వారా చేయటం జరిగింది.

32. వాక్ శక్తి యొక్క అస్త్ర ప్రయోగాన్ని అరికట్టక పోయిన, జీవితము అవ్యక్త మనోమయ పరిధి నుండి స్థూల జగత్తుకు దిగలేదు. అందువలన అస్త్ర విద్యను అవ్యక్తము చేయవలసిన అవసరం ఏర్పడింది. కాని నాశనం జరగలేదు. తిరిగి అస్త్రవిద్యను పునరుద్ధరించే మార్గములు ఆధ్యాత్మిక శాస్త్రాలలో స్పష్టంగా నిర్దేసింపబడలేదు.

33. అస్త్రవిద్యను తిరిగి పొందాలంటే కర్మ, భక్తి, జ్ఞాన యోగాల సమన్వయమే మార్గమని చెప్పి వదలివేశారు.

34. అవ్యక్త మనోమయ స్థితిలో ఉన్న ఆదిశక్తి భూమిమీదకు దిగి వచ్చి ప్రకృతిని, దైవీప్రకృతిగా మార్చుటకు ఆధ్యాత్మిక గురువులు చేతనత్వాన్ని ఉద్దీప్యం చేయుటకు భక్తి, కర్మ, జ్ఞాన యోగాలను సమన్వయపర్చే మార్గాలను చెప్పటం జరిగింది.

35. ప్రకృతిని దైవీప్రకృతిగా మార్చుటకు మూడు అంచెలను రూపొందించారు. 1) 'తమసోమా జోతిర్గమయ' 2) 'అసతోమా సద్గమయ' 3) 'మృత్యోర్మా అమృతంగమయ'.

36. తమసోమా జోతిర్గమయ: అంధకారము నుండి వెలుగులోకి తీసుకొని వెళ్ళుట. క్రీ.శ.17వ శతాబ్దంలో శాస్త్రజ్ఞులు కాంతి యొక్క అధ్యయనం చేసి, దాని స్వభావాన్ని తెలుసుకొనే ప్రయత్నం చేసినారు. అగ్ని యొక్క వివిధ ఉపయోగాలు, అగ్నిని ఉపయోగించి ధాతువులను శుద్ధి చేయుట, క్రొత్త క్రొత్త పదార్థములు తయారుచేయుట. ఇవన్నీ ఆత్మ శక్తి యొక్క వెలుగు అభివ్యక్తీకరణలే. అందువలన మనమందరము గుప్తవిద్య యొక్క విభిన్న వెలుగులుగా గుర్తించాలి. ప్రతిరోజు రాత్రి వెలుగుతున్న అనేక విద్యుత్ దీపాలే ఇందుకు నిదర్శనము.

37. మహాభారతములో అగ్ని గుండము నుండి ఉత్పన్నమైన దృష్టద్యుమ్న, ద్రౌపదిలు పంచతత్త్వములలో ఉన్న సంస్కారములను వెలికి తీయుటకు చేసే ప్రయత్నములే. ఈ ప్రక్రియ యజ్ఞవిద్య, అగ్ని విద్య. అన్నీ కూడా అంధకారములోనుండి ప్రకృతిలోనికి తీసుకొనివచ్చే సామూహిక ప్రయత్నాలు.

38. అసతోమా సద్గమయ: ప్రకృతిలోని అనేక పదార్థాలు, భిన్న భిన్న గుణాలు, ధర్మాలు కలిగినట్లు అనిపించిన ఇవన్నీ కూడా ధన, రుణ విద్యుదావేశాల కలయిక మాత్రమే అని ఆధునిక విజ్ఞానము నొక్కి చెబుతుంది.

39. ఈ విరాట్ విద్యుత్ చేతనత్వపు అతి సూక్ష్మ కణమని తెలుపుతోంది. అందువల్ల విద్యుత్ శాస్త్ర చమత్కారాలన్నీ ఆత్మ శక్తి యొక్క అవతరణ ప్రకృతిలో జరుగుటవలన, ఈ శక్తిధార 'అసతోమాసద్గమయ' అను సూత్రము ప్రకారమే జరుగుచున్నది. అవాస్తవం నుండి వాస్తవం వైపు ప్రయాణించినపుడే ప్రకృతి దైవ ప్రకృతిగా మారుతుంది.

40. 'మృత్యోర్మా అమృతంగమయ':నిస్త్రాణంగా, శక్తిహీనంగా ఉన్న అతి సూక్ష్మ కణములోనుండి, స్వచ్ఛందంగా ఉన్న ఏ బాహ్య పరికరము యొక్క సహాయము లేకుండా నిరంతరము వెదజల్లబడుతున్న రేడియో ధార్మిక కిరణాలు ప్రతి పరమాణువులోనున్న అనంత శక్తి సామర్థ్యాలు 20వ శతాబ్దములో ప్రకటితమయ్యాయి.

41. భక్తి, జ్ఞాన, కర్మల సమన్వయ సాధనల ద్వారా వ్యక్తి తనలోని అంతర్గత శక్తిని వెలికితీయుట ద్వారా నవయుగ నిర్మాణానికి బాటలు వేయగలడు.

42. భౌతిక స్థాయిలో ఉన్న వ్యక్తి తన ఆత్మిక శక్తిని అవతార స్థాయికి, కోరుకున్న దిశలో ప్రేరణ కల్పించుటకు ఏమి చేయాలో ఎలా ప్రకృతి శక్తులను వినియోగించాలో, తీసుకోవల్సిన జాగ్రత్తలేమిటో, ఫలితాలేమిటో విశదంగా తన గుప్తవిద్యలో తెలియజేసిన వ్యక్తి బ్లావెట్స్కీ.

43. బ్వావెట్స్కీ తన 'ఐసీస్ అన్‌వీల్డు' అను పుస్తకము ద్వారా ఆనాటి ఆధ్యాత్మికతను గూర్చి ప్రపంచములోనున్న దురభిప్రాయాలను తొలగించుటకు కృషి చేసింది. అది చదివిన వారు అది చాలా బాగుందని, కాని అర్థంకావటంలేదని తెలిపినారు.

44. అందుకు సమాధానంగా గుప్తవిద్య ద్వారా 'ఐసీస్ అన్‌వీల్డు' గ్రంథములోని విషయములను వ్యాఖ్యానిస్తూ మానవ జీవితాన్ని సమగ్రంగా విశదపర్చే అద్భుత గ్రంథంగా తెలియజేయుట జరిగింది.

45. గుప్తవిద్యను అర్థము చేసుకోవటానికి ముందు మూడు పదాలను గూర్చి సంపూర్ణంగా తెలుసుకోవాలి. 1) జీవితము 2) జడత్వము 3) చేతనత్వము లేక మనస్సు.

46. మొదటిదైన జీవితము మీద కాలప్రభావము ఉండదు. ఇది దేని ప్రభావము వలన మారదు.

47. రెండవదైన జడత్వము. ఇది పదార్థము ద్వారా వ్యక్తీకరించబడుతుంది. ఇది జీవితానికి వాహకముగా పనిచేస్తుంది. అందువలన కాల ప్రవాహములో ఇవి జీవితంలోని అనేక కోణాలను అభివ్యక్తీకరించే స్థాయికి పరిణతి చెందింది.

48. మన వర్తమానానికి మన గతానుభవమే నాంది. అలాగే మన భవిష్యత్తు మన వర్తమానం మీద ఆధారపడి ఉంది. గతాన్ని మార్చలేము. అందువలన ప్రస్తుతం మన చేతిలో నున్న వర్తమానాన్ని సంపన్నం చేసుకుందాం.

49. శాస్త్రజ్ఞులు; పరమాణువులు, అణువులు, జీవకణాలు వాటి ప్రత్యేక లక్షణాలు గల ప్రాణి సముదాయాలు, గ్రహాలు, పాలపుంతలను గూర్చి అనేక విషయాలు తెలియజేసారు.

50. జీవ పరిణామ సిద్ధాంతము ప్రకారము మానవజాతి ఏర్పడి, విజ్ఞానములో అతి త్వరితముగా అనేక మార్పులు చెందగల్గుతుంది.

51. విశ్వములోని అనేక జాతుల సామూహిక గుప్తవిద్యలు అనగా ఖనిజ, వృక్ష, జంతు, మానవ, అతిమానవ జాతులలో కేవలము మానవ జాతికి మాత్రమే మనస్సు అనే అతిజటిల స్థితి ఏర్పడి, త్వరలో అత్యద్భుత లక్షణాలను వ్యక్తపరచే స్థితికి చేరుకున్నాడు.

52. ఈ మనస్సునే చేతనత్వమని ఎఱుక అని పిల్చి, అనేక బోధనా పద్ధతుల ద్వారా జీవితము యొక్క అభివ్యక్తీకరణకు ప్రయత్నాలు జరుగుచున్నవి.

53. ఈ జీవితపు 'గుప్తవిద్య'ను తెలుసుకొనుటకు అనేక త్రిపుటులను తెలుసుకోవలసి ఉంటుంది.

1. జీవితము, మనస్సు, పదార్థము.
2. బ్రహ్మ (సృష్టి), విష్ణు (స్థితి), మహేశ్వరుడు (లయము).
3. చీకటి, సంధ్య, వెలుతురు.
4. సుషుప్తి, స్వప్నము, జాగ్రత్తు
5. రజోగుణము, సత్వగుణము, తమోగుణము.
6. స్వర్గలోకము, భువర్లోకము, భూలోకము
7. ఆగామి, ప్రారబ్ధము, సంచితము
8. ఆత్మికము, దైవికము, భౌతికము
9. దైవము, సూర్యుడు, పవిత్రాత్మ
10. మనసా, వాచా, కర్మణా
11. బ్రహ్మగ్రంథి, విష్ణుగ్రంథి, రుద్రగ్రంథి
12. కారణ శరీరము, సూక్ష్మ శరీరము, స్థూల శరీరము
13. సాలోక్య, సాయుజ్య, సారూప్య

14. చూసేవాడు, చూసే ప్రక్రియ, చూడబడే పదార్థము.
15. వేదాంతము, మతము, విజ్ఞానము
మొదలుగునవి.

54. పైవాటన్నింటిలో మూడవదైన అవస్థాత్రయము చాలా కనిష్ట స్థాయికి చెందినది. మొదటిది అతి ఉచ్ఛస్థాయికి చెందినది.

55. జాగ్రదావస్థ మనకి ప్రముఖమైనదిగా అనిపిస్తుంది. ఈ స్థితిలో అన్నియూ మనకు అవగాహనలో అదుపులో ఉన్నట్లు తోచుచున్నది. ఇదే స్వప్నావస్థలో క్షణక్షణానికి మారే పరిస్థితులు, ఒకదానికొకటి సంబంధములేని సంఘటనలుగా గోచరిస్తున్నాయి. సుషుప్తి లేక నిద్రావస్థలో ఏ సంఘటనలు లేకపోవుటయె గాక కాలము, ప్రపంచము కూడా అంతరించిపోయాయి. మొత్తము ఘనీభవించిన అంధకారమే మిగులుతుంది.

56. మనము జాగ్రదావస్థకే అధిక ప్రాధాన్య మిస్తాము. స్వప్నావస్థలో అనేక మంది ప్రేరణను పొంది, ఆధునిక విజ్ఞానమును సృష్టించినప్పటికి, అందుకు కారణమైన సుషుప్తి స్థితిలోని అనగా నిద్రావస్థలోనే ఆ ప్రేరణనకు తగిన సూచన లభిస్తున్నదని గ్రహించాలి.

57. సామాన్యులకు రాత్రి చీకటిగా ఉంటుంది. కాని జ్ఞాని రాత్రి యందు మెలుకువతో ఉండి ఎఱుకతో ఉంటాడు. పగలు స్థిత ప్రజ్ఞులకు రాత్రితో సమానము. 'ఎఱుకే బ్రహ్మము' కావున స్థిత ప్రజ్ఞులు రాత్రి యందు సంయమనముతో కూడిన ఆత్మిక స్థితిలో ఉంటారు.

58. సంయమన స్థితిలో ఉన్న వ్యక్తి ఎఱుకతో ఉండి మనస్సును స్థిరపర్చి సమగ్రంగా విషయాన్ని గ్రహించగలుగుతాడు.

59. సాధారణ స్థితిలోని వ్యక్తుల మనస్సులు స్థిరముగా లేక వారు వర్తమానములో చేస్తున్న పనిని వదలి, వేరే విషయాలను గూర్చి ఆలోచిస్తుంటారు.

60. జాగ్రత్, స్వప్న, సుషుప్తావస్థలో మనము ఉపయోగించుకోవలసిన వాహనాలు, స్థూల, సూక్ష్మ కారణ శరీరాలు.

61. స్థూల శరీరానికి జాగ్రదావస్థలో 11 ఇంద్రియాలు (5 జ్ఞానేంద్రియాలు, 5 కర్మేంద్రియాలు 1 మనస్సు) పనిచేస్తుంటాయి.

62. ఈ 11 ఇంద్రియములపై ఆధిపత్యము సాధించాలంటే కనీసం 5 సంవత్సరాలు వ్యక్తి నిరంతర శ్రమ చేయాలి. అందుకు క్రమశిక్షణతో కూడిన జీవితము అవసరము.

63. అందుకు ఉపాసనా విధానాల ద్వారా ఈ 11 ఇంద్రియాలను స్వాధీనం చేసుకొన్నప్పుడు సూక్ష్మ శరీరము చైతన్యవంతమవుతుంది.

64. కారణ శరీరం కారణ జగత్తులో శరీరాన్ని ఆ ప్రపంచానికి అనుగుణంగా మలుచుకోవాలంటే చిత్తవృత్తుల నిరోధము విశిష్ఠ పాత్ర వహిస్తుంది.

65. చిత్త వృత్తుల నిరోధము వలన వసుధైక కుటుంబము, సంఘశక్తి, కారణ జగత్తులో ఆత్మ శక్తి వికాసానికి తోడ్పడుతుంది.

66. గుప్తవిద్యలోని మొదటి మూడు స్థితులలో పూర్వ సృష్టి లయంచెంది నిద్రావస్థలో ఉన్నప్పుడు నూతన సృష్టికి ముందు కారణ జగత్తులో జరిగే ప్రక్రియ వర్ణన ఉంటుంది.

67. గుప్త విద్యను అర్ధం చేసుకొనుటకు కావలసిన రెండు షరతులు:
1) జాగరూకత – అనగా వ్యక్తి తనకు అలవాటైన లేక అభ్యాసంలో ఉన్న పనిని జాగరూకతతో చేయుట. మెలుకువగా ఉన్న క్షణాలలో ఒక్క క్షణం కూడా ఏమరుపాటుతో ఉండకూడదు.
2) అలవాటు: చేస్తున్న పనిలోని ఔచిత్యాన్ని గుర్తించాలి. మనిషి జీవితంలో అనేక పనులు చేయవల్సి ఉంటుంది. అందు ఏది ముందు, ఏది వాయిదా వేయవచ్చు అనే విషయాన్ని బుద్ధిని ఉపయోగించి తెలుసుకొని ఏది తక్షణం చేయవలయునో అది చేయుట. అందుకు వ్యక్తి తన

దివ్య చక్షువులను ఉపయోగించాలి.

68. దివ్య చక్షువులు లభించాలంటే ఆ పరమేశ్వరుని అనుగ్రహము ఉండాలి.

69. పరమేశ్వరుని అనుగ్రహము పొందాలంటే జ్ఞాని తన ప్రాణ మనస్సులను పరమేశ్వరుని యందే ఉంచి, ఇంద్రియ నిగ్రహులై ఎల్లప్పుడూ అతనిని భావిస్తూ, అతని విషయాలనే ముచ్చటించుకుంటూ, నిత్యసంతోషులై ఉండాలి. అట్టివారికి పరమాత్మ ఎల్లప్పుడు వెంట వుండి అంతఃస్ఫూర్తి కలిగిస్తూ అవసరానికి అనుగుణ్యమైన పనులను మనచేత చేయిస్తుంటాడు. అజ్ఞానమనే చీకటిని తొలగించి వివేకము కలిగిస్తాడు.

70. అభ్యాస లక్షణాలు:- 1) ఇంద్రియ నిగ్రహము 2) ఏకాగ్రత 3) నిరంతర దైవ భావన 4) దైవాన్ని గూర్చిన చర్చ 5) వివాద రహితంగా సంతోషంగా వుండుట.

71. అహంకారాన్ని వదలివేసిన వాడు, అణకువ కలిగినవాడే పరమాత్మ కృపను పొందగలడు.

72. బ్లావెట్స్కీకి ఈ గుప్తవిద్యను వ్రాస్తున్నపుడు ఆమె కళ్ళ ముందు ఒక తాళపత్ర గ్రంథము ఉందని, అది హిమాలాయాలలో అతి రహస్య ప్రదేశంలో దేని వలన కూడా నశింపబడని విధంగా ఉందని, దానిని బుక్ ఆఫ్ డ్జ్యాన్ అని అంటారని, అందులోని 7 శ్లోకాలకు మాత్రమే గుప్తవిద్య మొదటి భాగములో వివరించబడినదని తెలుస్తుంది.

73. గుప్తవిద్యే కాక ఆధ్యాత్మిక స్తోత్ర, పురాణాలు, ఉపనిషత్తులు, యోగుల వాక్యాలు చదవాలంటే దివ్య దృష్టిని ఉపయోగించే చదవాలి.

74. ప్రపంచంలో జరిగే ప్రతి చిన్న సంఘటన దైవ సంకల్పమని స్పష్టంగా గుర్తించాలి.

75. ఏకాగ్రత, లక్ష్య శుద్ధితో ఒక కార్యమును చేపట్టీ, మిగతా విషయాలలో విరక్తి వైరాగ్యం కలిగి ఉండాలి.

76. మన శరీరాలను ప్రయోగశాలగా ఉపయోగించుకొని సాధన చేసిన మానవ శరీరంలో చేతనత్వ ప్రభావాలు సమతా స్థితికి చేరుకుంటాయి. ఆ స్థితిలో వ్యక్తి తన సూక్ష్మ, స్థూల, కారణ శరీరములను ఉపయోగించి పిండాండము, బ్రహ్మాండములతో సంబంధము స్థాపించుకొనగలిగే పరిశోధనా శాలగా మలచుకొని ఉపయోగించుకొనుట జరుగుతుంది.

77. శరీరాన్ని వుపయోగించే ప్రక్రియలో
ఎ) నిద్రాస్థితి అనగా కారణ జగత్తు, కారణ శరీరము, విత్తనము నాటే స్థలముగా.
బి) స్వప్నావస్థ సూక్ష్మ జగత్తు, కలుపు మొక్కలు తీసివేసే స్థలముగా.
సి) జాగ్రదావస్థ; స్థూల జగత్తు, స్థూల శరీరము చేసిన ఫలితాలు పొందే క్షేత్రంగా గుర్తించాలి.
ఈ మొత్తం ప్రక్రియ విత్తనం నాటుకో, పంటకోసుకో. ఇదే కర్మ సిద్ధాంతము.

78. నేడు మనం జాగ్రత్ స్థితిలో సర్వం ఇదే అనుకొని దానిలో మాత్రమే మార్పు తెచ్చుటకు ప్రయత్నిస్తున్నాము. జాగ్రత్ స్థితికి మూలకారణమైన స్వప్న, సుషుప్తి స్థితులను గూర్చి ఆలోచించుటలేదు.

79. బ్లావెట్స్కీ యొక్క 'గుప్తవిద్య'లో స్వప్న, సుషుప్తి స్థితులను అర్థం చేసుకొని అచట గల అలౌకిక శక్తులను ఉపయోగించి వ్యక్తి తన చుట్టూ ఉన్న పరిస్థితులను ఆనందమయం చేసుకొని, భౌతిక ప్రపంచాన్ని స్వర్గంవలె తీర్చిదిద్దే స్థితులను, పృథ్విని నియంత్రించే స్థితికి తీసుకువస్తుంది.

80. వివిధ ప్రాచీన గ్రంథాల ఆధారంగా దేవతల నుండి ఋషుల వరకు జరిగే అనేక పరిణామాల వివరాలు ఇవ్వబడ్డాయి. భవిష్యత్ వాణిని గూర్చి, మానవ జాతుల గూర్చి, జంతువులు, ఖనిజ, వృక్ష సంపదలు, మానవులు, దేవతలు, పరమగురువుల మధ్య ఇచ్చిపుచ్చుకోవటాలను గూర్చి వివరించబడినాయి.

81. సూక్ష్మ దృష్టితో పరిశీలించిన ఖనిజ జగత్తులో రేడియో దార్మికత, పరమాణు శక్తిని కనుగొనుట, వృక్ష జగత్తుకు కూడా ప్రాణుల వలె స్పందన కలదని, పుష్పముల ద్వారా వ్యాధి నివారణ, సంకర జాతి రకముల తయారీ, వాటికి కావలిసిన ఖనిజములు, ఎరువులు, మందులు ఉపయోగించుట తెలుసుకొనబడింది.

82. క్రమముగా ఎద్దు, గుఱ్ఱములు, మేకలు మరి కొన్ని విశిష్ఠ జాతుల సముదాయము మానవ జాతికి దగ్గరగుట, ప్రపంచ యుద్ధములు, అనేక మంది గురువుల ద్వారా దేవతల నిజస్వరూపములను గ్రహించుట, భవిష్యత్తులో అతి మానవ (గురువులు), దేవతలు, పరమ గురువుల మధ్య జరిగే కర్మ సంబంధమైన ఇచ్చిపుచ్చుకొనుటలు మనము చూడబోతున్నాము.

83. 20వ శతాబ్దము తరువాత ఇంకా ఎక్కువ తెలుసుకొన్న శిష్యులు, గురువులు గుప్త విద్యను గూర్చి విస్తృత ప్రచారము చేసినచో, బ్లావెట్స్కీ యొక్క కృషి సఫలమవుతుంది.

84. గుప్త విద్యను మనం తెలుసుకొని ఆధ్యాత్మిక సంస్థల ద్వారా సూక్ష్మ జగత్తులో జరుగుచున్న అనేక దివ్య ప్రణాళికలు అమలు జరుగుటకు తోడ్పడవలసి ఉన్నది. లేనిచో గుప్తవిద్య మరుగునపడే అవకాశమున్నది.

85. గుప్త విద్య గురించి చెప్పే అతి ప్రాచీన గ్రంథములో ఇలా ఉన్నది.

1. ప్రశ్న:- ఎల్లప్పుడు ఉన్నది ఏది?
జవాబు:- ఆకాశం. అదే శాశ్వత ఆనుపాదక తత్త్వము.

2. ప్రశ్న:- ఎప్పుడూ ఉండేది ఏది?
జవాబు:- వేరులోని గింజ.

3. ప్రశ్న:- ఎప్పుడూ వస్తూ పోతూ ఉండేది ఏది?
జవాబు:- మహా శ్వాస.

4. ప్రశ్న:- అంటే మూడు శాశ్వతాలు ఉన్నాయా?

జవాబు:- కాదు. మూడూ ఒక్కటే. ఈ మూడూ చేతనత్వ భాషలో సుషుప్తి, స్వప్న, జాగ్రదావస్థలు. గుప్తవిద్యలో శ్లోకాలలో సృష్టి ఎలా మొదలైంది, ప్రళయ స్థితిలోకి ఎలా వెళతుంది, మధ్యలోనే క్రమపరిమాణము ఎలా జరిగిందో తెలుసుకుందాము. తరువాత వ్యక్తిగతంగా దీనిని ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో గ్రహిస్తాము.

86. ఈ సృష్టి ప్రారంభము కాకముందు పూర్వ సృష్టి, ప్రళయ స్థితిలో ఎలా లయమైందో తెలుసుకుందాము.
87. మనము నిద్రస్థితిలోకి వెళ్ళే ప్రక్రియ ప్రకారము మనము ప్రతిరోజూ జాగ్రత్ నుండి స్వప్న, సుషుప్తిలోకి ఎలా వెలుతున్నామో గ్రహించాలి.
88. శాశ్వత జగత్ పితరులు 7 అనంతముల వరకు సుషుప్తిలోకి వెళ్ళారు. అదే ప్రళయకాల స్థితి.
89. శాశ్వత జగత్ అయిన ఆకాశము పితరుల నివాసమని గ్రహించాలి.
90. ప్రతి దృగ్గోచర పరిస్థితికి ఇది అగోచరము. ఉపాధిగా ఉన్న ఆకాశము నుండి వికిరణము చెందిన పంచతన్మాత్రలు శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధాలు మొదట రూపొందినవి.
91. వ్యక్తి లయ స్థితిలో తన ఆత్మ, చిత్తము, బుద్ధి, మనస్సు, అహంకారములు అను దుస్తులను వదలి దృగ్గోచరము కాని బట్టలను చుట్టబెట్టుకొని ఉంటాడు.
92. ఆ సమయంలో కాలము అనంతము యొక్క హృదయములో నిద్రిస్తూ లేనిదై ఉంటుంది.
93. కాలమనేది ఒక చేతనత్వము నుండి (స్థితి) మరొక చేతనత్వములోనికి అనంతములో ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు కలుగుతుంది. భ్రాంతి కలుగజేయు చేతనత్వము లేకపోయిన కాలము తెలియదు. కాలము నిద్రలేచినపుడే తెలుస్తుంది.
94. వర్తమానము (జాగ్రత్) నిజానికి భూత భవిష్యత్తులను వేరుచేసే ఒక భ్రమ మాత్రమే.
95. వర్తమానమనగా గతం యొక్క జ్ఞాపకాల పునాది మీద నిర్మింపబడి భవిష్యత్తుకు బాటవేసేది.

96. ఈ ప్రపంచంలో కనబడే సర్వభూతాలు ఇంతకు ముందు లేవు. ఇప్పుడు కనబడుతున్నాయి. చనిపోయిన తరువాత ఏ రూపం పొందునో తెలియదు.
97. నిద్రలోకి వెళుతున్న వ్యక్తి ముందు తన 7 కోశములను క్రమంగా తాకుతూ చివరికి బీజరూపములోనికి వెళ్ళి చైతన్యం నిద్రించగా కాల విస్మృతి కలుగుతుంది. అపుడు మనస్సు లేనిదవుతుంది.
98. సంకల్పము, ఆలోచన, కోరికల సమన్వయ చేతనత్వమే మనస్సు.
99. సాధకుడు నిద్రా స్థితిలో, బాహ్య, దేశ, కాల స్థితిని దాటి తన అంతరంగములో ప్రవేశించి, సాధన యొక్క పరిణతితో ఆ మానసిక శక్తులను ఉపయోగిస్తాడు. నిద్రకు ముందు సాధకుడు దివ్య జ్యోతిని దర్శిస్తాడు. కాని సాధారణ వ్యక్తి లౌకిక ఊహాగానాలు చేసి నిద్రలేని స్థితికి లోనవుతాడు.
100. నిద్రకు ముందు శ్వాసలోని మార్పులను గమనిస్తూ వుండాలి. అది సాధనలోని ఒక భాగము.
101. ఆనందానికి, దుఃఖానికి ప్రత్యేకకారణాలు ఏవీలేవు. అవి వాటివాటి బంధనాలలో వున్న వారికి మాత్రమే.
102. సత్, చిత్, ఆనందము కేవలము లయ స్థితిలోనే కలుగుతుంది. కావున అవి లేనట్లే.
103. ద్వాదశ రాశులు వాటి ఫలితాలు కూడా కేవలము లయ స్థితిలోనే ఉంటాయి. కాని అనగా నిజానికి ఏమీలేవు. బాహ్య దృష్టిలో అయితే దోషాలను గమనించి వాటికి తగిన ప్రాయశ్చిత్తము చేసుకోవాలి.

104. చీకటి స్థితిలో తల్లి, తండ్రి, కొడుకు లేరు. అంతా ఒక్కటే. వెలుగులోకి వచ్చినప్పుడే పుత్రుడు తన యాత్ర మొదలుపెడతాడు.
105. చీకటి అనగా ఇంద్రియాతీత స్థితి. వెలుగులోకి వచ్చినప్పుడే కాలము, ఇంద్రియాలు గోచరమవుతాయి.
106. గుప్త విద్య ప్రకారం బ్రహ్మమే తల్లి, తండ్రి, కొడుకు, జీవితము, చేతనత్వము. ఇవన్నీ ఆత్మ పదార్థముల కలయిక వలన ఏర్పడినవే.
107. బ్రహ్మము నుండి విడివడిన పంచభూతాలు, మనస్సు, బుద్ధి మరల కలుస్తూ, విడిపోతూ చివరికి బ్రహ్మములో విలీనం కావలసినదే. ఇవన్నీ సత్యమైన ఆత్మ యొక్క సత్యములు(విభూతులు).
108. ఏదైతే ఉండియూ లేకుండా ఉన్నదో (బ్రహ్మము) దాని నుండి ఉత్పత్తి అయ్యేది ఏదీలేదు, దానలోకి మరొకటి లయమయ్యేదీ ఏదీలేదు.
109. పంచభూతములలోని భూమి, నీరు, అగ్ని, వాయువులను దర్శించటం సులభమే. 5వది అయిన ఆకాశ తత్వం, పై నాలుగింటిలో అంతర్లీనమై ఉంది, మరియు ఆ నాలుగింటితో సంబంధం లేకుండా ఉంది. అవి లేకపోయిూ ఆకాశ తత్త్వం ఉంటూనే ఉంది.
110. లయ స్థితిలో నుండి వికాస స్థితిలోకి కావలసిన పనిముట్లు తయారు చేసుకొనుటకు, ప్రస్తుత స్థితి నుండి ఇంకను వికాసం చెందుటకు, పరిపూర్ణత సాధించుటకు కావలసిన ముడి పదార్థములను, పరిస్థితులను లయస్థితిలోనే తయారుచేసుకుంటుంది, ఇది ప్రణాళికా రూపంలో ఉండి, సరిగా అలాగే క్రమముగా వ్యక్తమవుతుంది.

111. సృష్టి స్థితిలో లయ స్థితి యొక్క ప్రణాళిక ప్రకారము మార్పులు వాటంతటఅవె ప్రణాళికా బద్ధంగా జరుగుతాయి.

112. ఉనికికి కారణమైన దృగ్గోచర ప్రపంచం, లయ కాలములో ఉనికి రహిత స్థితిలో విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నాయి.

113. ఉనికికి లక్షణాలైన 'ఉండాలి' అనే కోరిక 'జీవించాలి' అనే కోరిక పరమాణువు నుండి సూర్యుని వరకు కనిపిస్తుంది.

114. కాని ఉనికికి కారణాలేవి కనిపించవు. మనస్సుకు కూడా కారణాలు తెలియవు. వాటిని తెలుసుకోవాలంటే విజ్ఞానము, ఆధ్యాత్మిక స్థితికి చెరుకోవలసి ఉంటుంది.

115. నిద్ర స్థితిలోకి వెళ్ళినప్పుడు ఎఱుక నుండి మరుపు స్థితికి ఎప్పుడు ఎలా వెలుచున్నామో గమనించుటయే సాధన యొక్క ముఖ్య భాగము.

116. ఆ గమన స్థితిలో విశ్వాంతరాళములలో జీవితము మూర్ఛ స్థితిలో ఉన్నప్పటికి స్పందిస్తూనే ఉంటుంది. ఆ స్పందనను తెలుసుకోవటమే సాధన యొక్క ముఖ్య పని.

117. మూర్ఛ స్థితిలో విశ్వమంత ఒకే స్థితిలో బ్రహ్మములో లీనమై ఉంటుంది. అపుడే మార్పుతో కూడిన కలయికలు, విడిపోవటాలు జరుగుతుంటవి. వైజ్ఞానికులు ఆ మూల స్థితికి (హైడ్రోజన్ ఆటమ్) చేరుటకు కృషి చేస్తున్నారు.

118. నిద్ర యొక్క స్వప్న రహిత స్థితిలో మనస్సు యొక్క కొంత భాగము ఎఱుక స్థితినే, శివుని యొక్క మూడవ నేత్రం అన్నారు. ఇదే జీవన్ముక్తుని ఆధ్యాత్మిక కేంద్రము.

119. వ్యక్తిగత సాధనలో శ్వాసను గమనిస్తూ నిద్రకుపక్రమించిన సాధకుడు తన గడిచిన రోజును గుర్తుచేసుకుంటూ, జరిగిన తప్పులను అతీత శక్తులనుపయోగించి సవరించుకుంటూ, స్వప్న రహిత స్థితికి చేరుకుంటాడు.

120. మనస్సుకు ఆలయము శరీరము. సూక్ష్మమైన మనస్సు యొక్క వ్యక్తీకరణ స్థూల శరీరము ద్వారానే జరుగుతుంది. మనోవ్యాపారము శరీరమనే పనిముట్లు ద్వారా జరుగుతుంది. ఆధ్యాత్మిక స్థితిలో మనస్సు ఆత్మకు నిలయముగా మారుతుంది. అప్పుడు మనస్సుతో కూడిన ఆత్మ తనను తాను లీలగా వ్యక్తపరచుకొంటుంది. మనో వ్యాపారాన్ని విలక్షణముగా ఉండి సాక్షిగా గమనిస్తూ ఉంటుంది.

121. దేవతా గణాలు స్వయం ఉత్పత్తులు అగుటచే, స్వప్న రహిత స్థితిలో, అనుత్పాదక స్థితిలో సృష్టి క్రమం దాగి ఉంటుంది.

122. సాధారణముగా సాధకుడు అనుత్పాదక స్థితిలో సాక్షిగా ఉండుటచే గాఢ నిద్రలో ఎఱుకతో ఉండగలడు. ఇది తురీయము.

123. రెండవ స్థితిలో, జాగ్రత్తగా గమనించక పోయిన, మొదటి స్థితిలో చెప్పిన విషయాలే రెండవ స్థితిలో చెప్పినట్లు అనిపిస్తుంది. కాని ఈ రెంటికి తేడా తెలుసుకోవడానికి చాలా సాధన అవసరమవుతుంది. అందువలన ఈ తేడాను గమనించే బాధ్యత చదివేవారి యొక్క బుద్ధి, ఇంద్రియములకు మాత్రమే వదలివేయబడినది. ఇచట భౌతిక స్థితిని గాక ఆధ్యాత్మిక స్థితిని ఉపయోగించాలి.

124. మొదటి స్థితిలో సుషుప్తి (లయ) స్థితిని తెలుపుతుంది. రెండవ స్థితిలో ఆత్మ పరిధి చేరుకున్న తరువాత జరిగే మార్పులను వివరిస్తుంది.

125. సుషుప్తి యొక్క లయ స్థితిలో సృష్టి నిర్మాణ కర్తలు, అరూప స్థితిలోనూ ఆనందములో విశ్రాంతి తీసుకుంటున్నారు.

126. ఈ సృష్టి నిర్మాణ కర్తలు వ్యక్తిగత ఒక రోజు ప్రళయము (సుషుప్తి) నుండి కల్పాంతములో మహాప్రళయము వరకు ఒకే అర్థములో తీసుకొనవచ్చు. వీరు ఏడు గ్రహాలకు నిర్మాణకర్తలుగా గ్రహించవచ్చు.

127. ఎఱుక లేని లయ స్థితి ఆనందాన్ని ఇవ్వదు. కేవలము లయ స్థితినే తెలుపుతుంది. ఆధ్యాత్మిక లయ స్థితిలో వ్యక్తిగత విషయములను వదలి అనేక జన్మల, సామూహిక జన్మల సంస్కారముల యొక్క అనుభూతుల యొక్క పారమార్థిక అనుభూతికి చేరుతుంది.

128. ఆధ్యాత్మిక అనుభూతి స్థితిలో చెవులు లేవు శబ్దము లేదు, నిశ్శబ్దము లేదు. అచట నిరంతర శాశ్వత శ్వాస తప్ప ఏమియూ లేదు. అది తనను తాను తెలుసుకోలేదు.

129. లయ స్థితిలో భౌతిక ఉనికిని కోల్పోయినప్పటికీ వస్తువులు తమ అస్తిత్వమును కోల్పోవు అనేది భారతీయ మనో శాస్త్రానికి పునాది. లయ స్థితిలో ఉనికిని కోల్పోయినను, జాగృతిలోనూ మహా ప్రళయానంతర సృష్టిలోనూ అవి ప్రకటితమవుతాయి.
130. శ్వాస, సంస్కారాలను నిర్మించటానికి చాలా ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తుంది. గాఢ నిద్రలో కూడా శ్వాస నిరంతరము శ్రమిస్తూ తనపని తాను చేసుకుంటూ పోతుంది. వ్యక్తిగత సాధనలో ఈ స్థితిలో జరిగే మనోమయ కోశ మార్పులు, శ్వాసలోని మార్పులుగా గుర్తించాలి.
131. లయము చెందిన విత్తనములన్ని కూడా ఒకప్పుడు నిద్రాణమయి ఉన్న గ్రహ గోళములు. కాలము ఆసన్నమైనపుడు అవి తమతమ లక్షణాలన్నింటిని వ్యక్తపరచుకొనుటకు విత్తన రూపములోనే నిగూఢముగా ఉన్నవి.
132. వ్యక్తిగత జీవనములో, ఆ ముందు రోజు జరిగిన సంఘటనల స్వరూప స్వభావములను, నిద్రా స్థితిలో దైవ శక్తులకు అందజేసిన తరువాత, అదే దైవ శక్తులు రెండవ రోజు రూపుదాల్చబోయే సంఘటనలకు ఈ ముడి సరుకు ఉపయోగించి కావలసిన తగిన స్వరూపాన్ని ఇస్తున్నప్పటికి, ఆ పరిణామము అందరు గుర్తించ లేక పోతున్నారు. అందువలననే సమస్యలకు పరిష్కారములు లభించనపుడు కొంచం సేపు విశ్రాంతి (నిద్రా స్థితి) తీసుకోవాలని అనుకుంటారు.
133. వ్యక్తిగత సాధనలో లయ స్థితిలో ఉన్న సృష్టి మెల్లగా నూతన సృష్టి కార్యక్రమానికి సంసిద్ధత తెలుపుతుంది. ముందు జరగబోయే సంఘటనలు నిద్రా స్థితిలో ఆభాసగా కనిపిస్తాయి.

134. నిద్రా స్థితిలోనే తనకు అవసరమైన కామ, మనోమయ భావనలతో బాహ్య ప్రపంచములోని వాతావరణము మార్చటానికి కావలసిన పరిస్థితులు నిర్మించుకోవటానికి ఉపయోగించాలి.
135. లయ స్థితిలో, బీజ రూపంలో, కారణరూపంలోని దాని ఉనికి ఉంది. ఆ కిరణం బహిర్గతమైనపుడు తల్లి, తండ్రి, కొడుకు లేక జీవితము – మనస్సు, శరీరము, బుద్ధి, కామ, స్థూల శరీరములుగా మారుతుంది. ఆ విధముగా మాయ యొక్క బడిలో తమ పరిణామ క్రమాన్ని కొనసాగిస్తాయి.
136. గాఢ నిద్రలోని అతి ప్రగాఢ స్థితి, వ్యక్తిగతంగా సుషుప్తిలోని ఈ స్థాయిలో భవిష్యత్తు దర్శనం అనగా జీర్ణించుకున్న సంస్కారాన్ని, నూతన ప్రక్రియ క్రమానికి కావలసిన అగ్ని, జలము పొంది క్రొత్త బీజాలుగా రూపొందబోతున్నాయి. మార్పులు, చేర్పులు ఇక్కడే జరగాలి. ఆ స్థితిలో ఆ సంఘటన జరిగితీరవలసిందే దానిని ఎవరూ ఆపలేరు.
137. సృష్టి కర్త అయిన బ్రహ్మము నుండి వెలువడిన మొదటి సంతానం, సంతానోత్పత్తికి నిరాకరించింది. అది ఏవిధమైన కోరికలు లేని స్థితిలో ఉన్నది. అపుడు బ్రహ్మ తన మనస్సు నుండి సప్త ప్రజా పతులను ఉత్పన్నం చేస్తాడు. వారు మరీచి, అత్రి, అంగీరస, పోలస్త్య, పులహా, క్రతు, వసిష్ట అనువారలు. వారి భార్యల పేర్లు. అంబా, మాలా, నిలాన్ని, అభ్రయంతి, మాఘయంతి, వర్షయంతి, చుపునిక.

138. వ్యక్తిగత సాధనలో చీకటి సహస్రారముగా, తల్లి ఆజ్ఞాచక్రముగా, సప్త ప్రజాపతులు శిరస్సులోని ఏడు శక్తి కేంద్రాలుగా అనగా పంచేంద్రియాలు, మనస్సు, బుద్ధిగాను; ఇవి మధ్య బిందువును దాటి మెల్లమెల్లగా స్పందించటం మొదలుపెడతాయి. వ్యక్తి సుషుప్తి నుండి స్వప్న జాగ్రత్ స్థితులకు రావటం మొదలవుతుంది.

139. ఆత్మ అనుత్పాదక స్థితి నుండి అనగా సత్, చిత్, ఆనంద స్థాయి నుండి, చేతనత్వము అనగా ఉత్పాదక స్థాయికి దిగుచున్నది.

140. నిద్రా స్థితిని మూడు స్థాయిలుగా వివరించినపుడు, అన్నింటి కంటే పై పొర సత్, ఇంకాస్త లోపలికి వెళ్ళిన (ఎఱుక) చిత్, చివరి స్థితి ఆనందము. చిదానందములు ఇంకా సత్ అనగా ఉనికి స్థాయికి తయారుగా లేదు అని తెలుస్తుంది.

141. మూడవ స్థితిలో సృష్టి ప్రళయ స్థితిలోంచి మేల్కొనబోతున్న స్థితిని తెలుపుతుంది. ఒక చేతనత్వములో లయమై ఉన్న గ్రహములు చేతనత్వపు వివిధ కేంద్రములు, అతి ఉచ్ఛ తలములలో అనగా ఇంద్రియాతీత స్థాయిలో, ప్రపంచ నిర్మాణం గూర్చి ఇందు తెల్పబడింది.
142. చివరిదైన 7వ అనంతములో చేతన ప్రకంపనలు వ్యాపించి, పద్మము యొక్క మొగ్గవలె తల్లి లోపలి నుండి బయటకు వచ్చినది.
143. అనంతకాల చక్రములో క్రమగతిన ఏర్పడిన ఖండ కాలములను చివరి 7 ప్రకంపనాలు మరల మానవ సృష్టి మేల్కొనుటకు కారణమవుతుంది.
144. వ్యక్తిగత స్థాయిలో ఈ ప్రకంపనలు శ్వాసను సూచిస్తాయి. నిజానికి శ్వాస వాయువు కాదు. ఆకాశము యొక్క స్పందన వలన ఏర్పడిన ప్రభావము.
145. మరణ సమయమున (నిద్రకు ముందు) దేనిని తలచుకుంటూ శరీరమును వదులునో (మేల్కొనునో) అదే స్వరూపాన్ని పొందును.
146. అంత్య కాలములో ఎవరు ఏ భావములతో హృదయమందు స్పందనలు కలిగి ఉంటాడో, అవే కారణ బీజాలుగా మారి, ఆ భావాన్ని అనుసరించి అట్టి స్థితిని పొందుతారు. మేల్కొన్నపుడు ఆ మార్పును చూడగల్గాలి.
147. నిరంతర "నామ జపం" యొక్క స్పందనలు అభ్యసిస్తూ వుండిన ఆ చేతనత్వమే సిద్ధిస్తుంది.
148. సాధకుడు బ్రహ్మాండములో ఏ లోకములోనైనా చేతనత్వముతోనైనా, స్పందనలో (శ్వాస) మార్పు తెచ్చుకొని సంపర్కము సాధించవచ్చు.

149. కాలతత్త్వమంతా సంవత్సరాల (యుగాల) సంఖ్యలలో నిబిడీ కృతమైన శక్తులలో ఉన్నది.

150. శ్వాస యొక్క కాలమును బట్టి జీవ జంతువుల ఆయుః ప్రమాణము (చేతనత్వము) ఎలా మారుతుందో యోగులు క్రియా యోగము ద్వారా తెలియబర్చారు.

151. ఈ శ్వాస ప్రకంపనలు అగ్ని, జల తత్త్వములతో (మనస్సు, ప్రాణము) తన ప్రభావము చూపినపుడు, నిద్రాణమై ఉన్న సంస్కారములు 'ఉబ్బటం' మొదలవుతుంది. ఇదంతా నిద్రాస్థితిలోనే జరుగుచున్నదని మనం గమనించాలి.

152. ఈ శ్వాస స్పందనలు కొనసాగిన కొలది, తన శ్వాస యొక్క తీవ్ర వేగముతో ప్రపంచాన్ని చుట్టుకుంటూ, విత్తనం చీకటిలో నివసిస్తూ, శ్వాస ప్రకంపనలచే ఆవరింపబడి, నిద్రాణమైయున్న ప్రాణ జలముల విత్తనాన్ని ఉబ్బిస్తూ ఉంటాయి.

153. ఈ నిద్రాణమైన ప్రాణ జలములను నారాయణ తత్వముగా గుర్తించాలి. ఇంకను బ్రహ్మ విష్ణు నాభి నుండి ఉత్పత్తి కాలేదు. అందువలన చీకటి అతీంద్రియ స్థాయిలో ప్రాణ జలముల మీద నూతన సృష్టికి, ఆత్మ స్థాయిలో ఉన్న మూల ప్రకృతి మీద స్పందనలు కల్గిస్తుంటాయి. వ్యక్తిగత స్థాయిలో ఈ ప్రాణ జలాలను శ్రద్ధగా ఉపయోగించాలి.

154. చీకటి అనే తల్లి గర్భములో కాంతి తన ఒంటరి కిరణాన్ని దింపినపుడు, ఆ కిరణము చీకటిలోని (తల్లి) అండమును ఛేదించి పులకింపజేస్తుంది. అపుడు శాశ్వత విత్తనము బ్రహ్మాండముగా (ఘనీభవిస్తుంది) రూపొందుతుంది.

155. విష్ణువు నాభి నుండి ఒంటరి కిరణము 'బ్రహ్మ' బహిర్గతము అయింది. అది అండము (చీకటి) లోతులలో పడటం అనగా దివ్య ఆలోచన, లేక బుద్ధి మూల ప్రకృతిని స్పందింపజేస్తుంది.
156. అండము కన్య లక్షణములతో తపించుట చేత లేక వేడి చేయుట చేత అది పొదుగుట మొదలవుతుంది.
157. బ్రహ్మకు ఆ అనంత జలరాశిలో (చీకటి) ఎలా సృష్టి మొదలుపెట్టాలో తెలియక పోవుటచే జలముల (స్పందనల) కదలిక వల్ల శబ్దము వికసించింది. తపతప అని రెండు సార్లు వినిపించింది. ఈ నిరంతర స్పందన వలన వేడి పుట్టి మెల్లగా అందున్న విత్తనము ఆకాశ తత్త్వమగు లోకాలలోకి పయనిస్తుంది. అదే బ్రహ్మాండముగా ఏర్పడుతుంది.
158. గుడ్డు ఏ విధముగా లోపల ఉన్న జీవితము యొక్క స్పందనల వలన పగిలి, అశాశ్వత భౌతిక రూపము వేడి వలన ఏర్పడుతుందో. సృష్టి కూడా అదే పద్ధతిని అనుసరిస్తుంది.
159. గ్రుడ్డు ప్రపంచము యొక్క సంకేతముగా ఏర్పడి శక్తిగా ఉపయోగపడి, అంతము లేని వృత్తముగా అనంతములో గుర్తుగా ఉపయోగపడుతుంది.
160. ఈ గుర్తు పరమాణువు నుండి గ్రహము వరకు, మనిషి నుండి దేవతల వరకు వృత్తాకారముగా ఉంటుంది. దానినే తోకను నోటితో పట్టుకున్న సర్పము యొక్క సంకేతముగా అందరు సూచిస్తారు.
161. బ్రహ్మాండము ఎక్కడెక్కడ ఏర్పడుతుందో అక్కడక్కడ శాశ్వతతత్వము, అనంత తత్వము, పునరుజ్జీవింపబడుట, పునర్మించబడుట జరుగుతుంది.

162. స్వీయశక్తితో స్వయం ఉత్పత్తి యొక్క రహస్యం ఏవిధంగా అండములో వేడి మరియు తేమ కనిపించని సృజనాత్మకత శక్తి వల్ల జరుగుతుందో, అదేవిధానం బ్రహ్మాండములో జరుగుతుంది. కనుక అండమును సృష్టికి సంకేతముగా ఉపయోగించుట జరుగుతుంది.
163. హిరణ్య గర్భుడు 7 సహజ భూతముల ద్వారా ఆవరింపబడి ఉంటాడు. అందులో మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము వీటిలో అహంకారము కూడా చేర్చబడింది. ఇవి రహస్యమయ స్థితిలో ఉంటాయి. భౌతిక స్థితిలో పృథ్వి, జలము, అగ్ని, వాయువు ఉంటాయి.
164. అండమును పక్వ స్థితిలోకి తేవాలంటే దానికి తగిన వేడి (ఆలోచన), తేమ(వనరులు, ప్రాణశక్తులు) సమీకరించి దానిని ఉపయోగించి అభివృద్ధి చేసుకొని కార్యసిద్ధి అయ్యేవరకు నిరంతర సంకల్పములతో ప్రేరణ ఇస్తుండాలి.
165. నిద్ర మత్తు వీడక ముందే, ప్రక్కమీద కూర్చొని ముందు తన శరీర ప్రకంపనలు తెల్లని, చల్లని, ధవళ కాంతిలో ప్రతి అణువు స్పందిస్తుందని భావించాలి.
166. మన శరీరము నుండి మూడు అంగుళముల వరకు అన్నమయ కోశము గులాబీ రంగులో వ్యాపించి ఉన్నట్లు గుర్తించాలి; ప్రాణమయ కోశము తదుపరి మూడు అడుగుల వరకు పసుపు రంగులో శరీరము చుట్టూ వ్యాపించి ఉన్నట్లు; శిరస్సు పై మూడు అడుగుల చుట్టూరా పై నుండి క్రింది వరకు మనోమయ కోశము పసుపు రంగులో ఉన్నట్లు; తదుపరి సుమారు 18 అడుగుల వృత్తాకార పరిధి స్థూల, ప్రాణ, మనోమయ కోశము; ధవళ, గులాబి, పసుపు ఆవరణల మీదుగా ఆకుపచ్చ రంగులో విజ్ఞానమయ కోశము ఆవరించి ఉందని భావించాలి. అటు తరువాత

సుదూర అనంతము వరకు ఆకాశము తనని ఆవరించి ఉందని అది నీలాకాశము ఒక గ్రుడ్డుగా తనను ఆనందమయకోశం ఆవరించి ఉందని భావించాలి.

167. ఈ విధమైన రంగుల భావన నిరంతరము ఉంచుకుంటూ, వెన్నుపూస మీద గల చక్రములో, మూలధారం వద్ద గంధం (వాసన) స్వాధిష్ఠానము వద్ద రుచి, మణిపూరకము వద్ద 'రూపము', అనాహతము వద్ద స్పర్శ, విశుద్ధము వద్ద శబ్దము, ఆజ్ఞా సహస్రారములలో సంకల్పము యొక్క భావనలు చేసుకోవాలి.

168. ఆయా రంగుల తన్మాత్రల భావనలు కొనసాగగా లోపల 7, బయట 7 గా మారుతుంది. కాంతిమయ మండలము అజ్ఞాచక్రములో గడ్డకట్టి పాలవలె తెల్లని పెరుగుగా వ్యాపిస్తుంది. జీవితపు సముద్ర లోయలలో వేరు పెరుగుతుంది.

169. వ్యక్తి జీవితములో ఆజ్ఞాచక్రము కాంతి వలయముగానూ, ఖగోళములో దీనిని పాలపుంత గాను తెలుపుతారు.

170. గుప్త విద్యలో వ్యక్తి యొక్క ఆజ్ఞాచక్రములోను, ఖగోళము యొక్క పాలపుంతలోను అనంత రహస్యాలు నిబిడీకృతమై ఉన్నాయి. భారతీయ ఋషులు దీనిని క్షీరసాగర మథనముగా వర్ణించారు. అందులోనుండి బయటపడిన రత్నాలు లోపల 7 గాను, బయట 7 గాను వర్ణించబడినాయి.

171. వ్యక్తిగత సాధనలో సముద్రమథనం అనగా సంస్కారాలను మార్చుట. తాను చేయుచున్న సాధనల ద్వారా, విశిష్ఠ ధ్యాన పద్ధతుల ద్వారా అరూప స్థితి నుండి రూప స్థాయికి మార్చే విధానమే ఈ మథనము. పెరుగులో ఘనీభవించిన ఆలోచన స్వరూపములను

వివిధ ధ్యాన పద్ధతుల ద్వారా వికసింపచేయాలి.
172. క్షీర సాగరములోని ప్రతి చుక్కలో జీవితపు మూలమున్నది. ఆ సముద్రము అగ్ని మరియు వేడి మరియు చీకటి మయమైన తన ఉనికిని కోల్పోయి తానైన సత్యములో విలీనమవుతుంది.
173. చీకటి నుండి వెలుతురు ఉద్భవిస్తుంది. మెల్లమెల్లగా నూతన సృష్టి కాంతిని సంతరించుకొని నిర్దుష్టమైన ఆకృతిని ఏర్పరుస్తుంది.
174. వ్యక్తిగతంగా ఆ రోజు తీసుకున్న సంకల్పము అగ్ని, దానికి కావలసిన ఆలోచనా సరళి వేడి. ఈ ఆలోచనలే నిత్యాగ్నిహోత్రము. ఈ మూడింటి కలయిక ధ్వని. అనగా సంకల్పము, ఆలోచనలు, కర్మలకు మూలము.
175. మనోమయ భూమికి సంబంధించిన అగ్ని తత్వము నుండి ప్రాణమయ జీవితానికి సంబంధించిన జల తత్త్వపు మూల ప్రకృతి ఏర్పడుతుంది. దానిని సూపర్ ఆస్ట్రల్ లైట్ అంటారు. 176. మహా శక్తి బీజాలైన 'క' వర్ణము పృధ్వీతత్వము. 'చ' వర్ణము జలతత్వము. 'త' వర్ణము వాయుతత్వము. 'వ' వర్ణము ఆకాశతత్త్వమని గ్రహించాలి.
177. విత్తనము, చీకటి, కాంతి, ఆత్మ ఇవన్నీ కూడా ఒక్కటే. అందులోంచే మిరుమిట్లుగొలిపే కొడుకు కూడా పుట్టింది. అదే బ్రహ్మం, చీకటి సుడిగుండము కాలహంసము.
178. చీకటి నుండి సరూప స్థితిలో పుత్రునిగా ధవళాకృతిలో జన్మించినపుడే మొదటిసారి శబ్దోత్పత్తికి తగిన వాతావరణము ఏర్పడుతుంది.

179. సాధకుడు మెల్లమెల్లగా నిద్రాస్థితి నుండి జాగ్రదావస్థ వైపు ప్రయాణిస్తున్నాడు.
180. కాంతి చల్లని జ్వాల. జ్వాలయె అగ్ని. అగ్ని వేడిని ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఆ వేడి జలమును ఇస్తుంది. ఆ జలమే మహామాత యొక్క ప్రాణము.
181. కాంతి, జ్వాల, అగ్ని, వేడి, జలము, ప్రాణము ఇవన్నీ విద్యుత్తుకు సంబంధించిన పదములు. అగ్నికి సృజనాత్మకత, పరిపాలన, నాశక శక్తులున్నాయి. వెలుతురు మన దివ్య పితరుల యొక్క తత్త్వము. జ్యోతి పదార్థము యొక్క మనస్సు.
182. వ్యక్తిగత సాధనలో వ్యక్తి తన "బ్రెయిన్ వేవ్స్" యొక్క విద్యుత్ స్వభావము అధ్యయనం చేయాలి.
183. చల్లదనము వేడి అనేవి సాపేక్ష పదాలు. మంత్రాన్ని మననం చేయుట ద్వారా విద్యుత్ ఉత్పత్తికి కారణమవుతాయి. మస్తిష్కం ద్వారా మనం పొందే స్పందనలు ఆజ్ఞలు విద్యుత్ పరమైనవే అని గ్రహించాలి. 184. జలము అనేది ఒక పదార్థమునకు లావణ్యం ఇచ్చుటయె కాక, జలమే శాపాలు, వరదానాలు, దక్షిణలు, దానాలు ఇవ్వాలన్నా ముఖ్యమైన అవసరము.
185. ఆధ్యాత్మిక సాధనలో ఉచ్ఛ స్థితికి చేరుకోవాలంటే ప్రాయశ్చిత్తం ముఖ్యమైన సాధన అని కర్మ సిద్ధాంతము వలన అవగాహనం అవుతుంది.
186. ఆత్మ పదార్థములకు తల్లి, తండ్రి సంబంధమును కలుగజేసి, చీకటిని, కాంతిని ఏకం చేయడమైంది. ఈ విధముగా పునర్జన్మలు ఏర్పడతాయి.

187. విద్యుత్ శక్తికి లంబ దిశలో అయిస్కాంత శక్తి పనిచేస్తుంది. ఉత్తర దిశ నుండి బ్రహ్మాండీయ శక్తులు ప్రవేశించి దక్షణ ధృవము నుండి బయటకు వెళిపోతాయి. ఈ మధ్య కాలంలో పృథ్వి తనకు కావలసిన వనరులను సమీకరించుకుంటుంది. ఈ విధంగా విద్యుత్ శక్తిని 'రామ్' అని, అయస్కాంత శక్తిని 'కృష్ణ' చైతన్యముగా చెప్పవచ్చు.
188. ఇడ, పింగళ నాడులు:- ఇడ భూమి, తల్లి. పింగళ పురుషుడు, అగ్ని. పింగళ శ్వాస, అగ్ని ఇడ శ్వాస భూమిపై పడినపుడు ప
దార్థము వేడెక్కి వ్యాకోచము చెందుతుంది. తల్లి శ్వాస 'ఇళ' సంకోచము చెందుతుంది. ఈ శ్వాస కోశ వ్యాకోచ సంకోచాల ఫలితముగా శ్వాస వాయువు ద్వారా పుత్రులు జన్మింస్తారు. అనగా క్రొత్త జన్మ జరుగుతుంది.
189. శ్వాస మానసిక స్థితిని నియంత్రణ చేయును. వ్యక్తిగత సాధనలో అనులోమ విలోమ ప్రాణాయామములో సృష్టి జరుగుతుంది.
190. పింగళ నాడి ద్వారా ఉష్ణము మనోమయ కోశపు అణువుల స్వరూపాన్ని వ్యాకోచింపజేసి, ఇడనాడి ద్వారా సంకోచింపజేసి, అవసరమైన రూపాన్ని సిద్ధపురుషులు రూపొందిస్తుంటారు. 191. సృష్టి బీజరూపంలో ఉన్న, కాలము తనలోని విశ్వ ప్రాణ శక్తి ద్వారా బీజములను పక్వపరచి సరూప స్థాయికి దింపుతుంది. ఈవిధముగా పై స్థాయి ప్రతిబింబాలుగా ప్రపంచాలు కాలపరిధిలో వాటివాటి వంతు వచ్చినపుడు ఏర్పడతాయి.

192. విశ్వం యొక్క బీజం దైవీ శక్తులుగా విడిపోవటం 'గుప్తవిద్య' ద్వారా తెలుపబడింది. వీరందరూ ఒకే శక్తి యొక్క అభివృద్ధి చెందుతున్న శక్తులు. వీరు ప్రకటింపబడిన విశ్వములకు మార్గములు తెలిపినారు. నిర్మాణ కర్తలు, మార్గదర్శకులు. ప్రకృతి యొక్క పరిమాణ క్రమమును సమన్వయ పరుస్తూ ఒకే నియమాన్ని, ప్రకృతిలోని విభిన్న నియమాలుగా అభివృద్ధి చెందిస్తారు. వీరికి గుప్తవిద్యలో విశిష్ఠ పేర్లు ఇవ్వబడ్డాయి. భారతీయులు వీరినే దేవతలుగా పేర్కొంటారు.

193. మానవులందరు ఈ దేవతల యొక్క శిక్షణకు అనుగుణంగా నడుచుకుంటూ, మొదలు చివర అనేది లేని సృష్టిని, సంఖ్యలేని స్థితి నుండి ఒకే సంఖ్య స్థితికి చేరుటను గమనించాలి.

194. అగ్ని, జ్యోతి, పగలు, శుక్లపక్షము, ఉత్తరాయణము అనే సవ్యమార్గాలలో చనిపోయిన వారు దివ్య లోకాలు చేరి తిరిగి భూమిపై జన్మిస్తారు.

195. కామం, రాత్రి, కృష్ణపక్షం, దక్షణాయనములో చనిపోయిన వారు అధో లోకాలు చేరి తదుపరి భూమిపై స్థావర జంగమాలుగా జన్మిస్తారు.

196. శుక్లపక్షంలో మరణించినవారు, ఊర్ధ్వలోకాలు చేరి తదుపరి జన్మరాహిత్య స్థితికి చేరిన, కృష్ణపక్షము లోని వారు పునర్జన్మ పొందుతారు.

197. గుప్త విద్యలో అగ్నిని 2 రకాలుగా వర్ణిస్తారు. మొదటిది ఆకార రహిత అగ్ని. ఇది ఆధ్యాత్మిక సూర్యునిలో అంతర్గతంగా దాగి ఉంటుంది. రెండవ అగ్ని 7 రకములుగా విశ్వము మరియు సూర్య మండలములలో వ్యాపించివుంది.

198. జ్ఞానాగ్ని వలన ఈ మాయామయ జగత్తులోని కర్మలన్ని దగ్ధమై పోతాయి. అందువల్ల వాటిని పొందిన వారిని 'అగ్నిపునీతులు' అంటారు.
199. దేవతలు, పితరులు, ఋషులు, సురులు, అసురులు, దైత్యులు, ఆదిత్యులు, దానవులు, గంధర్వులు మొదలగు వారు అనేకత్వములతో నిర్మాణ కర్తలుగా ఏర్పడతారు. వీటన్నింటిని ప్రాకృత శక్తులుగా గమనించాలి. మానవులు ఇందులో చేరరు.
200. పవిత్ర జంతువులు, గుప్తవిద్యలు జీవిత పరిణామ క్రమములో ప్రముఖ పాత్ర వహిస్తాయి. సాధారణముగా ఇవి దేవతాశక్తులకు వాహనములుగా లేక ప్రకృతిలోని గుణాలు, ధర్మాలు, సిద్ధాంతములకు గుర్తుగా వ్యవహరిస్తాయి.
ఉదా: కుక్క : కాలము, వేదములు, విశ్వాసము.
నక్క: జిత్తుల మారి తనము.
ఆవు: పవిత్రత
ఎద్దు: ధర్మము
కాకి: పితరులు
ఖగోళ శాస్త్రంలో ఈ పవిత్ర జంతువులు రాశి చక్రము యొక్క సంకేతాలుగా మారుతాయి.
201. ప్రకృతిలోని తెలివిగల శక్తుల వర్ణన మానవ జాతి విభజనకు వీలుగా ఉన్నది.
202. వాక్కు, శబ్దము యొక్క రహస్య స్వభావాలను తెల్పుతుంది. ఇది దైవాలోచన యొక్క పరిణామము. మన ఆలోచనలు, మన వాక్కులు నిత్యం మనం ఉన్న పరిస్థితులను నిర్మిస్తూ ఉంటాయి.

203. ఒక శబ్దం ఉచ్ఛరించినపుడు ఒక ఆలోచన మేల్కొనబడి, వర్తమానంలోకి తీసుకొని రాబడుతుంది. మానవ వాక్కు, ఆకర్షణ శక్తి, రహస్య ప్రపంచంలో జరిగే ప్రతి దానికి మూలము.
204. ఒక నామాన్ని ఉచ్ఛరించుట వలన, ఒక ప్రాణాన్ని నిర్వచించుటయె గాక తద్వారా ఒకటి లేక అనేక రహస్య మయ శక్తులకు లోనుకావటం జరుగుతుంది.
205. ప్రతి వ్యక్తి మాట అతనికి తెలియకుండానే, వరముగానో శాపముగానో పరిణమిస్తుంది. అందువలన ఈనాటి ఆలోచన, మాటల యొక్క శక్తుల అవగాహన లేకపోవుట మనకు చాలా చిక్కులు తెచ్చిపెడుతున్నాయి.
206. మనస్సు, శ్వాస, వాక్కు 7 ఇంద్రియముల సంయోగమే, సప్త విధములైన శబ్ద సైన్యములు.
207. సాధారణముగా వ్యక్తి మనస్సు భోగలాలసతో ఉంటుంది. కాని ఆధ్యాత్మిక మనస్సు లేక సామాజిక మనస్సు ఇంద్రియాలకు అతీతంగా ఉంటుంది.
208. సృష్టి నిర్మాణ క్రమంలో దైవీ శక్తులు ఏర్పడిన తరువాత, అరూప స్థితి నుండి మెల్లమెల్లగా స్వరూప స్థితికి నిర్మాణ కార్యక్రమములు మొదలవుతాయి.
209. ప్రకృతిలో నిరంతరము విశ్వధూళి ఆకాశములో నాలుగు భూతములుగా; భూమి, నీరు, అగ్ని, వాయువులుగా ఏర్పడి చుక్కలు, రేఖలు, త్రిభుజములు, ఘనములు, వృత్తములుగా చివరికి గోళములుగా ఏర్పడి వివిధ ఆకృతులను సమీకరించుకుంటున్నది. దీనికి విరామము లేదు.

210. ప్రకృతిలో అన్ని రకములుగా మార్పు చెందగలిగే రహస్యమయ తత్త్వము "స్వభావాత్" అని పిలువబడినది. ఈ రహస్య తత్త్వము మారుతూ మారుతూ చివరికి అంతులేని '0' గా ఏర్పడుచున్నది. అదే శూన్యము. సంఖ్యలకు '0' చేర్చినపుడు ఆ సంఖ్య యొక్క విలువ వ్యక్తమవుతుంది.

211. 9 అంకెల తరువాత 10వ అంకెలో '1' ఏకత్వము '0' శూన్యముగా సర్వస్వానికి ప్రతీక అయినది.

212. '10' లో '1' లేకపోయిన శూన్యము.
'10' లో '0' లేకపోయిన ఏకత్వము. అంతా ఒకటే. అదే 'సనాత్'.

213. అనంతాకాశమును 'అదితి' లేక చీకటి అని పిలిచారు. ఆ 'అదితి' కి 8 మంది కుమారులు జన్మించారు. అందులోని 7 తో 'అదితి' దేవతల దగ్గరకు వచ్చింది. కాని 8 వది అయిన సూర్యుని వదలివేసింది. ఆ 7గురు పుత్రులను 'ఆదిత్యులు' అంటారు. ఆ 7 మానవులకు నివాస స్థానములయి 7 గ్రహాలుగా పిలువబడుచున్నవి.

214. ఈ 7 గ్రహములు సూర్యుని చుట్టూ తిరుగుతూ ఒక సమతా స్థితిలో ఏర్పడినపుడు జరిగే దివ్య శక్తుల ప్రభావము ఆయా వ్యక్తుల జన్మ స్థితిపై ఉంటుంది.

215. మానసిక ఉచ్ఛ స్థితిలో విశ్వమానవులు కక్ష్యలోవున్న ఆదర్శ ప్రపంచాన్ని ప్రళయ కాలం తరువాత, ఈ గ్రహాలు ఇతర దేవతా శక్తుల సహాయముతో క్రమ పద్ధతిలో క్రింది తలానికి (భూమి) దించటానికి ప్రయత్నిస్తారు.

216. 5వ స్థితి ప్రపంచ నిర్మాణము ముఖ్యముగా సౌర కుటుంబ నిర్మాణమును గూర్చి తెలియజేస్తుంది. మొదట కేవలం మూల పదార్థం స్పందన రహితముగా, నిష్క్రియగా వుండి తరువాత అగ్ని దుమారం తరువాత సౌర కుటుంబం, ఒక్కొక్క గ్రహము ఇంకా ఇతర నిర్మాణాలు కావింపబడినవి.
217. మానవ స్థాయి కేవలం భౌతిక స్థాయికే పరిమితం కాకుండా, ఏలోకములోనైన ఉంటూ, పదార్థము ఆత్మ మధ్య కావలసిన సంతులతత సాధించగల్గాలి. ప్రతి వ్యక్తి దివ్యత్వాన్ని పొందే హక్కు స్వానుభవం ద్వారానే పొందగల్గాలి. దేవతలు, ఋషులు, నిర్మాణ కర్తలు ఏ రూపంలో ఉన్నా ఒకప్పుడు మానవులేనని గుర్తించాలి.
218. దేవ పుత్రులు, వారివారి సంతానములు వివిధ ఊర్ధ్వ లోకములలో సంచరించగలరు. వారి సంకల్పములు వార్తాహరులుగా, అగ్ని సుడిగుండాలుగా ఏర్పడతాయి.
219. జ్ఞాని బుద్ధులు మొత్తం 7 గురు ఉంటారు. వారిలో 5గురు ప్రకటితమయ్యారు. వారు రహస్య జ్ఞానము, ప్రజ్ఞ కలిగి ఉంటారు. మిగిలిన ఇద్దరు బుద్ధులు భూమి మరి కొంత వికాసం చెందినపుడు ఆ కాలములో అవతరిస్తారు.
220. ఒకసారి నిద్రిస్తున్న తల్లి, తండ్రి నుండి దివ్య పుత్రులు బయటపడిన వారు ప్రేరణా శక్తులుగా మారి, అనేక స్వరూపాలు పొందుటకు కారణమవుతారు. ఇవన్నీ ఏకమై సమూహ స్వరూపాలు రూపొందుతాయి.

221. విశ్వ స్థాయిలో సౌర కుటుంబము నుండి మిణుగురు పురుగుల వరకు, సృజనాత్మకత నాడులలో భగవంతుని ఇచ్ఛానుసారము ఆధ్యాత్మిక వేత్తలు మార్పు చేస్తుంటారు.
222. విశ్వములో ఉన్న సార్వత్రిక మనస్సు యొక్క ఊహలకు అనుగుణంగా సౌర కుటుంబములో విభిన్న వ్యవస్థల స్థితులు ఏర్పడతాయి.
223. వ్యక్తి సాధనలో ఆధ్యాత్మిక వేత్తలను గుర్తించి, వారి ఆలోచనలపై సాధన చేసి, కల్కి అవతారం ఉద్దేశ్యాలను గమనించి వాటికి తోడ్పడాలి.
224. విష్ణువు యొక్క వామనావతారములో 3 అడుగుల రహస్య కథ, జ్యోతి శ్చాస్త్ర పరంగా ఈ 3 అడుగులు సూర్యుని యొక్క పగలు, మధ్యాహ్నము, సాయంత్రాలుగా గ్రహించాలి.
225. సుడిగుండములు సృష్టిలోని ఒక నియమము. ఇది నక్షత్రములకు గ్రహాలకు, విశ్వాంతారాళములో జరిగే గమనములో గల నియమమును గూర్చి చర్చిస్తాయి.
226. సూర్య, అగ్ని, ఉపాసనములో చాలా గంభీరమైన ఆధ్యాత్మిక సత్యాలు నిండి ఉన్నాయి. భౌతిక పదార్థములన్నింటిలో అగ్నిని విశ్లేషించుట కష్టము. గాలి: ఆక్సిజన్, నైట్రోజన్ మరియు ఇతర వాయువుల మిశ్రమమని ఖచ్చితంగా చెప్పగలము. భూపదార్థములు కూడా నిశ్చిత రసాయనానికి, నిశ్చిత పదార్థముల సంయోగముగా చెబుతారు. కాని అగ్ని దహన క్రియ వల్ల ఏర్పడినది. ఇది వేడి, కాంతిగతి మరియు రసాయనిక శక్తుల సమ్మేళనము.

227. అగ్ని వల్ల అరూప, రూప ప్రపంచములు ఏర్పడ్డాయి. ఒక జ్యోతిలో ఏడు జ్యోతులు అలా ప్రతిదాని నుండి 7×7 చొప్పున వెలుగులతో ప్రపంచాలు రూపొందాయి.

228. ఉత్తర, దక్షణ, తూర్పు, పడమర దిక్కులను పాలించే దిక్పాలకులకు ఒక్కొక్కరికి ఒక్కొక్క విశిష్టమైన రహస్య లక్షణాలు ఉన్నాయి. వారు కర్మతో కూడా సంబంధము కలిగి ఉంటారు. ఆ నల్గురు మానవ జాతి రక్షకులు. వీరిని గంధర్వ, అసుర, కిన్నెర, నాగులుగా పురాణాలలో పేర్కొన్నారు.

229. నిర్మాణాత్మక కార్యక్రమములు చేపట్టే మూడు ముఖ్యమైన సమూహాలు ఉన్నాయి. ప్రతి సమూహము ఏడు ఉపసమూహములుగా ఏర్పడతాయి.

230. మొదటి సమూహము బ్రహ్మ మానస పుత్రులు. ఆది ఋషి ప్రజాపతులు, వీరు మండలములను నిర్మిస్తూ, పునర్నిస్తూంటారు. రెండవ సమూహము గ్రహ మాలికలను నిర్మించే వారు. మూడవ సమూహము మానవజాతి, ఆదిశక్తులు, తూర్పున ఇంద్రుడు, పడమర వరుణడు, దక్షిణమున యముడు, ఉత్తరమున కుబేరుడు.

231. ఆరవ స్థితి ప్రపంచ నిర్మాణము యొక్క తదుపరి స్థాయిలను పరిణామ క్రమములో ప్రపంచం తన నాల్గవ కాలానికి ఎలా వచ్చిందో తెలుపును. మనము ప్రస్తుతమున్న కాలాన్ని ఇది వివరిస్తుంది.

232. కరుణ, జ్ఞానము అనే తల్లి యొక్క శక్తి వల్ల బ్రహ్మ శక్తి ఉద్భవిస్తుంది. అనగా తల్లి, తండ్రి, కూతురు వారి వంశాంకురముల యొక్క శ్వాస, వారి పుత్రులను అనంత లోయలలో నుండి బయటకు పిలిచి, మన ప్రపంచపు భౌతిక స్వరూపాన్ని తయారుచేస్తారు. ప్రపంచపు మాయను, స్వరూపాన్ని, 7 భూతములను తయారు చేస్తారు.

233. వాక్ శక్తి పేరుతో వాక్ వైఖరీ, మధ్యమ, పశ్యంతి, పరా స్థితిలో ఉంటుంది. ఈ నాలుగు తత్త్వాలు విశ్వములోని నాలుగు తత్త్వాలతో సరిపోతాయి.

234. దృశ్యమాన విశ్వము పరబ్రహ్మము యొక్క వైఖరి వాక్కు. సూక్ష్మ జాగత్తులో ఇది పరబ్రహ్మం యొక్క కాంతిలో ఉంటుంది. ఇది ప్రపంచము యొక్క మధ్యమ వాక్కు, శబ్ధ రూపము. పరబ్రహ్మం పశ్యంతి అయితే పరబ్రహ్మం విశ్వం యొక్క పరిస్థితి. 'Cosmos' అనే పదానికి అర్థం దివ్య చేతనత్వము గల శక్తి అని గుర్తించాలి (అదే విష్ణువు).

235. వేగంగా చలించే కాంతి గలవాడు 7 లయ కేంద్రాలను ఉత్పత్తి చేస్తాడు. 7 లయ కేంద్రాలు, 7 శూన్య బిందువులుగా అనుకోవచ్చు. 'Cosmos' అనేక అర్థాలు వున్న రహస్య వాదుల ప్రకారము జీవితము నియమము అను రెండు కూడా 'Cosmos' యొక్క దిశా నిర్దేశములో ఉంటాయి.

236. మౌలిక విత్తనాలు సృష్ట్యారంభములో లయ స్థితిలో ఉన్నపుడు, తాను గతించిన భౌతిక జగత్తులో ఉన్నపుడు జీవాత్మ యొక్క అనేక జన్మల అతి తీవ్ర విషయములను విమర్శనాత్మక దృష్టితో పరిశీలిస్తుంది. ప్రపంచములో తనకున్న అనేక సంబంధ బాంధవ్యాలను, విశ్వ ప్రణాళికకు ఎలా ఉపయోగించుకోవాలో గమనిస్తుంది.

237. మొదట లయ స్థితి నుండి శక్తి బహిర్గతమైనపుడు అది అరూప స్థితిలో ఉండును. అనగా '◌ం' స్థితిలో ఉంటుంది. తరువాత ఆ అరూప స్థితి రెండుగా విడిపోయి శక్తి బహిర్గతమవుతుంది.

238. అటు తరువాత మూడవ శక్తి '2' నుండి '4' గా విడిపోయి క్రమముగా '8' '16' ఈ విధంగా శివత్వము నుండి శక్తి ప్రవాహము వ్యాపించి క్రమముగా 7 లోకాలలో అక్కడ అవసరమైన మూల కణాలు నిర్మితమవుతాయి. ముడి సరుకు తయారవుతుంది. అపుడు ఆత్మ మరుగున పడుతుంది.

239. ఈ విధముగా భూతములు సృష్టింపబడి వాటికి నాయకుడిగా భూతనాధుడు ఉపాసింపబడతాడు.

240. పై విధముగా నిర్మింపబడిన ముడి పదార్థాలతో రెండవ శక్తి ప్రవాహమైన మనస్సు ఏర్పడి మాయను కలుగజేస్తుంది.

241. విష్ణు తత్వము మూడవ శక్తిగా అన్ని తత్వాలలో నిర్మాణ దేవతలకు తోడ్పడి సృష్టికి దోహదము చేస్తుంది. అపుడే మత్య్య, కూర్మ, వరాహ అవతారములు, సముద్ర మదనము జరుగుతుంది. తదుపరి శివ శక్తి రూపొంది, ఖనిజములు భూమిగా వ్యక్తమవుతుంది. ఖనిజములు వాటి సంయోగ వియోగము ద్వారా 'క2ం' హైడ్రోజన్, ఆక్సిజను సంయోగము ద్వారా నీరు, అలానే ఆ కలయికలు విడిపోవుట ద్వారా వృక్ష జగత్తు రూపొందింది. ఈ వృక్షములలో ప్రాణము

242. వృక్ష జగత్తు నుండి ఇంకొక మెట్టు ఎదిగి జంతు జగత్తు ఏర్పడింది. వృక్షములు స్థావరములు. అనగా ఉన్న చోట నుండి కదలని స్థితి. జంతువులు అలా కాక భౌతిక శరీరము అదుపులోనికి వచ్చి ఎక్కడికి పడితే అక్కడికి వెళ్ళగలిగిన స్థితి. మానసిక అభివృద్ధి కొంచెం కొంచెము నేర్చుకొంటుంది. ఎఱుక స్థితి. అభివృద్ధి పర్చుకొంటుంది.

243. మానవ జగత్తులో అన్నమయ కోశము ఏర్పడి ఉచ్చ స్థితి నుండి నీచ స్థితిలోనికి స్పందనలకు మరియు మనోమయ జగత్తులో కూడా స్పందనలు రూపొంది, ఆ స్థితిలో కారణ శరీరములతో పునర్జన్మము తీసుకోగలిగే స్థాయిలో అహంకారము ఏర్పడుతుంది. క్రమముగా మానవ జన్మలో శక్తి ధార దిగువ స్థాయికి, అచటి నుండి పై స్థాయికి కూడా ఎదగగల బుద్ధితో కూడిన మనస్సు రూపొందింది.

244. కోరికలతో(కామ) కూడిన మానవుడు దిగువ స్థాయిలోను; ఆలోచనలు కోరికలు లేని స్థితిలో బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వర అంశాలతో కూడిన పుత్రుడు దత్తాత్రేయ అవతారము ఈ స్థితి వల్ల ఏర్పడింది. అందుకు ప్రతి రూపముగా 'సాయి' తత్వము ప్రచారములోకి వచ్చింది. శ్రీ శంకరులు, సక్రియ సాధన ద్వారా; శ్రీ అరవిందులు నిష్క్రియ సాధన ద్వారా, రామకృష్ణ పరమ హంస సకల దేవతా శక్తులను సాధన చేసి అతి సమీపముగా అందుబాటులో ఉన్నత స్థాయికి తీసుకొని వచ్చాడు.

245. వివేకానంద ఇంకా ఉన్నత స్థాయికి చేరి అద్వైత ప్రతిపాదన చేస్తూ, కర్మ యోగానికి ప్రాధాన్యత నిచ్చి 'మానవ సేవే మాధవ సేవ' అనే మార్గము తెలియజేసాడు.

246. అటు తరువాత స్వామి దయానంద సరస్వతి గాయత్రి తరంగాల ద్వారా అగ్నిని ఉపయోగించి సంపూర్ణ మానసిక స్థలాన్ని మార్చే ప్రయత్నాలు చేసారు.

247. గాయత్రి మంత్రోపాసకులు గాయత్రి ఉపాసన ద్వారా విశ్వ కుండలి జాగృత పర్చి క్రిందికి దింపారు. తదుపరి 'సాయి' పద్దతిలోని 'ధుని', 'భస్మం' కూడా అదే విధముగా అగ్ని స్పర్శ పొందిన పదార్థములు. కనుకనే 'సాయి' విభూది రోగ నివారణకు ఉపయోగపడుతుంది.

248. ఈ విధముగా గురువులందరు వారి వారి స్థాయిలలో, ఆ నాటి దేశ కాల పరిస్థితులకు అనుగుణముగా మిగిలిన వారి ప్రయత్నాలకు తోడ్పడినారు.

249. శిష్యులు వారివారి గురువుల స్వభావమునకు అనుగుణముగా నడుచుకుంటూ, ఏ కార్యాన్ని చేపట్టినా గుడ్డిగా అనుసరించకుండా తమ సాధనలో ధర్మ మార్గాన్ని అనుసరిస్తున్నారో లేదో గమనిస్తుండాలి.

250. నేడు 'human race' అందరి గురువుల పనిని అర్థం చేసుకొని శక్తిని పొంది, గురువుల కార్యక్రమములకు చేయూత నివ్వగలిగే స్థాయికి చేరింది.

251. సృష్టిలో గడ్డిపోచలో జీవిస్తున్న మిణుగురు పురుగైన, సూర్యునికైన పుట్టటము, పెరగటము, గిట్టడము ఒకే నియమము ప్రకారము జరుగుతాయి. పదార్థము శక్తులు మారవు. పరిపూర్ణత వైపుకు సాగే ప్రయత్నము ప్రతి కొత్త అవతారము లోనూ జరుగుతుంది.

252. మహా ప్రళయములో విభజన వున్న ప్రతిదీ గడ్డిపోచ నుండి దేవతల వరకు పూర్తిగా కొట్టుకు పోయారు. ఒకటే మిగిలింది. ఒక రాబోయే స్థితిలో మన పృధ్వి యొక్క పరిణామ క్రమము, మన 'గుప్త విద్యలో ' తెలుపబడుతుంది. ఇది ఆధునికులకు విచిత్రంగా అనిపించినా తెలుసుకొవలసినదే

🍃. సౌర మండలము 🍃

253. 'విశ్వం' మొత్తం అనేక సౌర మండలాలతో నిర్మించబడింది. ఒక సౌర మండలాన్ని గూర్చి తెలుసుకొంటే, పెరుగుదల తరుగుదలలో తప్ప మిగిలిన వాటిలో పెద్ద మార్పు ఉండదు. అపుడు విశ్వం మొత్తాన్ని గురించి తెలుసుకొన్నట్లే అవుతుంది.

254. సౌర కుటుంబ పరిమాణ క్రమము ప్రకృతి యొక్క ఏడు తలాలలో జరుగుతుంది. 1) ఆది స్పందనలు 2)అనుపాదక 3) ఆత్మ 4) బుద్ధి 5) మనస్సు 6) కామము 7) స్థూల ప్రపంచము అందలి ప్రాణులు.

255. 1) సత్యలోకము:- ఆది అనగా 'సత్'
2) తపోలోకము:- అనుపాదకత – 'చిత్'
3) జనాలోకము:- ఆనంద స్థితి – 'ఆత్మ'
4) మహర్లోకము:- వివేకము – 'బుద్ధి'
5) స్వర్గ లోకము:- రూపరహితము – 'మనస్సు'
6) భువర్లోకము:- కోరికలు – 'కామము'
7) భూలోకము:- 'అతి స్థూల స్థితి'

256. పంచభూతములు:-
1. ఆకాశము – ఆనందమయ కోశము
2. వాయువు – విజ్ఞానమయ కోశము
3. అగ్ని – మనోమయ కోశము
4. జలము – ప్రాణమయ కోశము
5. భూమి – అన్నమయ కోశము.

257. 7 గ్రహాలతో కూడిన లెక్కలేనన్ని ప్రపంచ గోళాలు విశ్వములో రూపొందినవి.

258. ప్రపంచ నిర్మాణములో క్రింది తలాలలోని 4 లోకాలు స్థూల, కామ, మనో, బుద్ధి స్థితులలో వికాసము చెందాయి.

259. పై మూడు స్థాయిలు అనగా ఆత్మ, అనుపాదకత, ఆదిలోకాల వికాసము మనకు తెలియని స్థితిలో ఉంటుంది.
260. 7 గ్రహాములలో మనము నివసించే భూమి అత్యధిక భౌతిక తత్వము కలిగి ఇంద్రియాలకు కనిపించేటట్లు ఉండగా మిగిలిన 6 గ్రహాలు దృగ్గోచరము కాని దూర తలాలలో ఉంటాయి.
261. మనకు 'భూమి' వలె బుదుడు, శుక్రుడు, కుజుడు, గురువు, శని మొదలగు గ్రహాలు కంటికి కనిపిస్తున్నాయి. కారణము ఇవి ఒకే తలములో అనగా ఇదే సూర్య కుటుంబములోని గ్రహాలు. మిగిలినవి ఉచ్చస్థాయిలోని ఇతర గ్రహాలు, మన భౌతిక ఇంద్రియాలకు అందుబాటులో లేవు. కాని వాటి ప్రభావము మనలోని ఏడు స్వభావాలపై ఉంటుంది.
262. ప్రతి గ్రహ కుటుంబములోనూ ఉన్న ఒక గ్రహము దాని కంటే సూక్ష్మ కణాలు గల సహచర గ్రహము, దాని పై లోకాలలో ఉంటుంది.
263. ఈ సహచర గ్రహాలు వేరే చోట్లో స్థలమును ఆక్రమించవు. ఒక గ్రహాము ఆకాశములో ఏ స్థలాన్ని ఆక్రమిస్తుందో అదే స్థలములో తక్కిన సహచర గ్రహములు వాటి స్పందన, అవధిని బట్టి విస్తరించి ఉంటాయి. ప్రతి ఉచ్చ స్థాయిలో ఉన్న గ్రహము క్రింది స్థాయిలోని గ్రహములను తనలో ఇముడ్చుకుంటుంది. ఉదాహరణకు:- సూక్ష్మలోకములోని ఆత్మలు (దయ్యాలు) భూలోకములో స్వేచ్ఛగా సరచరించగలుగుతాయి. భూమి మీద పదార్థము వాటి చలనానికి అడ్డంకి కాదు. అవి మన ఇంటి గోడలు, తలుపులోంచి కూడా ప్రయాణించగలవు. కారణము పదార్థము పంచభూతాలతో నిర్మించబడగా సూక్షలోక

జీవులు (దయ్యాలు) 3 భూతములే కలిగి ఉంటాయి. (అగ్ని, వాయువు, ఆకాశము). అలానే గ్రహాలు ఒకే ప్రదేశములో తమ క్రింది తలాలలో సంచరించగలుగుతాయి. మనం కలలుకనే టపుడు మన శరీరము స్థూల స్థితిలో అచటనే ఉంటుంది. కాని మన సూక్ష్మ శరీరము సూక్ష్మలోకములో విహరించగల్గుతుంది.

264. మన శరీరములో 5 భూతాలు వున్నాయి. భౌతికముగా కనిపిస్తున్న ఈ శరీరములో నీరు, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశము కూడా ఉన్నవి కదా! అలానే ఆకాశములో అణువులు, పరిమాణువులు కలాపములు, అష్టకలాపములు, ఆత్మ, పరమాత్మ కూడా ఈ శరీరములోనే ఉన్నవి కదా! అనగా ఈ శరీరము మొత్తములో 26 తత్వాలు ఇమిడి ఉన్నాయి.

265. ఊర్ధ్వలోకాలున్నట్లే, మన శరీరములో అధో లోకాలు కూడా ఉన్నాయి.

ఊర్ధ్వలోకాలు అధో లోకాలు

1. సత్యలోకము పాతాళలోకము
2. తపోలోకము మహాతలము
3. జనలోకము తలాతలము
4. మహర్లోకము రసాతలము
5. సువర్లోకము సుతలము
6. భువర్లోకము వితలము
7. భూలోకము అతలము

266. భూగోళములో గల పాతాళ లోకములో శేషుడు చుట్టలు చుట్టుకొని వ్యాపించి ఉండును. అదే క్షీరసాగరములో నారాయణుడు శేష తల్పముపై యోగ

నిద్రలో ఉండి లోకపాలన చేస్తుంటాడు. అలానే ఉప్పు సముద్రము, సురా సముద్రము, నేతి సముద్రము మొదలగునవి.

267. సాధారణముగా ఒక సూర్య కుటుంబములో 7 గ్రహములు వున్నా, వాటిలో ఒకటి మాత్రమే సక్రియగా ఉండి మిగిలినవి నిద్రాణ స్థితిలో ఉంటాయి. మొదట ఒక గ్రహము జాగృతమైన తన పరిధిలో జీవిత పరిణామానికి తన వంతు పని పూర్తి చేస్తుంది. అది లయమవుతుంది. తరువాత రెండవ గ్రహానికి తన చైతన్యాన్ని అందజేసి అది చైతన్యమగుటకు తోడ్పడుతుంది. అలానే రెండవది తన పని పూర్తిచేసి మూడవ గ్రహానికి ఇలా ఒక్కొక్కపుడు ఒక్కొక్క గ్రహము మాత్రమే చైతన్య వంతమై మిగిలినవి నిద్రాణ స్థితిలో ఉంటాయి.

268. మనం యోగ సాధన చేసేటపుడు మొదట మన భౌతిక శరీరము చైతన్యవంతమై అది మనలోని జలతత్వాన్ని మేల్కొపుతుంది. అపుడు జలతత్వము చైతన్యవంతమై అగ్నితత్వాన్ని అలాగే వాయువు ఆకాశ తత్వాలు ఒకదాని తరువాత ఒకటి చైతన్య మవుతాయి. ఆకాశములోని అణువులు చైతన్యవంతమైన తరువాత అవి పరమాణువులను, క్రమముగా కలాపములు, అష్ట కలాపములను చైతన్యవంతము చేసి చివరికి తమతమ చైతన్యములను బ్రహ్మములో విలీనము చేయును. అదియే మోక్షము.

269. మొదటి మూడు స్థాయిలు ఆత్మ స్థాయి
శృంఖలాలలో పూర్తి భౌతిక స్థాయిని సాధించి తదుపరి
ఆత్మ స్థాయికి చేరుకుంటుంది

270. ఆత్మ '0' '0'
బుద్ధి '1' 7
అరూప '2' '6'
సరూప '3' '5'
కామ '4'
స్థూల శరీరము

271. పైవాటిలో '1', '7' ఆత్మ పదార్థము.
|| '2', '6' బుద్ధి పదార్థము.
|| '3', '5' అరూప మనోపదార్థము
|| '4' సరూప పదార్థము
ఈవిధముగా 7 గ్రహాలు ఏర్పడతాయి.

272. ఆత్మ స్థితిలో మొదలై శృంఖలాలు క్రమముగా
మార్పు చెందుతూ చివరికి ఆత్మ స్థితిలోకి
చేరవలసిందే. అని గ్రహించాలి.

273. ఒకటి నుండి ఐదు తలములలో బుద్ధి, మనస్సు,
కామ, స్థూల మొత్తం 49 గ్రహకాలములలో 24
గ్రహములలో మానసిక స్థాయిలో వికాసము క్రమముగా
జరుగుతుంది. ఈ మనోమయ తలము రెండు
భాగములుగా విభజింపబడింది.

274. 7 గ్రహాల కాలము ఒక పరిభ్రమణము. 49
గ్రహాల కాలము 49 పరిభ్రమణములు.

275. మొదటి మూడు శృంఖలలో ఆత్మ లేక జీవితము
పదార్థములోని క్రిందికి దిగుతుంది. ఈ కాలములో
పదార్థము మీద తన ఆధిక్యతను చూపిస్తుంది.

276. నాల్గవ శృంఖలలో ఆత్మ – పదార్థము సంతులనము చెంది అనేక రకాలుగా విభిన్న రూపాలు ధరిస్తుంది. ప్రతి మానవ శరీరములో ఇది జరుగుట గమనించాలి.
277. చివరి మూడు శృంఖలాలలో 5, 6, 7 ఆత్మ ఆరోహణ మార్గములో తన ఆధిక్యతను పదార్థము మీద స్థాపించుకుంటుంది.
278. ఇటువంటి 10 పరిణామ క్రమ పథకాలు ఒక సౌరకుటుంబాన్ని నిర్మిస్తాయి.
279. ఒక పరిణామ క్రమములో 49 గ్రహాలు ఉన్న 7 గ్రహాలు మాత్రమే సక్రియగా ఉంటాయి.
280. మన ప్రస్తుత సౌరకుటుంబములో 10 పరిణామ క్రమ పథకాలు వాటికి భౌతిక స్థాయిలో ఉన్న గ్రహాలు.
1. వల్కాన్ 2. శుక్ర 3. పృథ్వీ 4. గురు 5. శని 6. యురేనస్ 7. నెప్ట్యూన్
మొత్తం సౌరకుటుంబమును తన పరిణామ క్రమములో 70 గ్రహాలతో కలిపి చూస్తే ఒక విచ్చుకున్న పద్మము వలె కనిపిస్తుంది.
281. ప్రకృతిలో నాల్గవ స్థాయిలో నాగరికత, జ్ఞానము అతి ఉచ్ఛస్థితిలో ఉన్నది. మానవ జాతి రెండు విపరీత దిశలలో విభజింపబడింది. 1) సవ్యమార్గము, 2) అపసవ్య మార్గము.
282. అధోస్థితిలో ఉన్న గ్రహాలు ఉచ్ఛస్థితికి, ఉచ్ఛస్థితిలోని గ్రహాలు అధోస్థితికి మారుతూనే ఉన్నాయి.

283. శబ్దము ఆకాశము యొక్క లక్షణము. అది వాయువును సృష్టిస్తుంది. దాని లక్షణము స్పర్శ. అది ఘర్షణ వల్ల కాంతిని, రంగును సృష్టిస్తుంది. అదే అగ్ని. అగ్ని చల్లబడి నీరుగా నీరు ఇంకా చల్లబడి పదార్థముగా, అలా పంచభూతాలు ఏర్పడినాయి.

284. మనము ప్రస్తుతము నాల్గవ స్థితిలో నాల్గవ పరిభ్రమణములో ఉన్నాము. తరువాత ఇంకా మూడు పరిభ్రమణలు సాధించాలి. ఆ స్థితిలో భూత, భవిషత్తు, వర్తమాన కాలాలను తెలుసుకొంటారు. 5వ స్థితిలో అచట గల యోగికి 6,7వ స్థితిల్లోకి చేరగల స్థితి లభిస్తుంది. అప్పటికి ఈ మన్వంతరము పూర్తవుతుంది.

285. ఒకే మహా గురువు యొక్క ఆధ్వర్యములో అనేక మంది గురువులు, శిక్షకులు మానవ జాతికి మార్గదర్శకులయ్యారు. మహాగురువు స్వయముగా పొందవలసినది ఏమీలేదు. అయినప్పటికి తాను ఎన్నుకోబడ్డ కొందరికి సహాయపడుటకు 'మహాయజ్ఞము' ఈ మన్వంతరము వరకు కొనసాగించవలసి ఉంటుంది. మహా గురువుకు ఈ మూడు లోకాలలో చేయవలసింది, తనకు చెందినది, ఆసించునది ఏదీలేదు. అయినప్పటికి తాను ఎల్లప్పుడు కర్మ ఆచరిస్తూనే ఉంటాడు.

286. ఈ విశ్వములో మానవ శరీరం కంటే పవిత్రమైన, సాధన పూర్వకమైన స్వరూపము ఇంకొకటి లేదు. దీనిని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి.

🍃. ఏడవ స్థితి 🍃

287. గుప్తవిద్యలో దైవ శక్తులు 12 ఎళిఖిరిబిది (రాసులు) 12 గుర్తులుగా నమోదుకాబడినాయి. ఈ 12 రాసులు 7 గ్రహాలకు సంయోగము చెంది ఉన్నాయి. అవన్ని అసంఖ్యాకమైన దివ్య, అర్ధ, విద్య, భౌతిక శక్తులుగా విభజింపబడతాయి.

288. దివ్య శక్తులు మొదటి స్థాయిలో 'పరబ్రహ్మ' నుండి ఆత్మ విడిపోయి 'బ్రహ్మ'గా మొదటి శ్రేణి శక్తులు కలిగి ఉంటుంది. రెండవ శ్రేణికి చెందినవారు ఆకాశ, అగ్ని తత్వములు కలిగి; ఆత్మ, బుద్ధికి సంబంధించినవారు. మూడవ శ్రేణికి చెందినవారు ఆత్మ, బుద్ధి, మనస్సుకు చెంది త్రిపుటిగా వర్ణింపబడిన శక్తులు. ఈ మూడు శ్రేణులు అరూప స్థితికి చెందినవి.

289. రూప స్థితిలో నాల్గవ స్థాయి చేతనత్వములో అగ్ని, నీరు, వాయువులు; ఈ మూడు పృథ్వీ తత్వమునకు చెందినవి కావు. కాని వాటి యొక్క తన్మాత్రలు.

290. 5వ శ్రేణి చేతనత్వములో చాలా రహస్యమైన మానవుని వ్యక్తపరుస్తుంది. ఇది మనస్సు యొక్క చేతనత్వము.

291. 6వ శ్రేణిలో మనిషికి, కింద శ్రేణికి చెందిన ప్రకృతి దేవతలు, భూతములు మొదలగునవి. ఈ విధముగా జీవన ప్రవాహాము వివిధ స్థాయిలలో క్రిందికి దిగుతుంది.

292. ఒకే ఆత్మ అనేక జన్మలు తీసుకొని వ్యవహరించుట జరుగుతుంది.

293. పరిణామ క్రమములో మొదటిది ఖనిజము, రెండవది వృక్షజాతి, మూడవది జంతువులు, నాల్గవది మనిషి. మనస్సు మనిషికి ప్రత్యేకముగా ఇయ్యబడుతుంది. మనస్సు తరువాత బుద్ధి, మనిషికి కలిగి ఆత్మను తెలుసుకొనుటకు మార్గము ఏర్పడుతుంది. ఇవన్నీ గుప్త విద్య యొక్క రెండవ భాగములో వివరంగా తెలుపబడినాయి.

294. ఏవిధంగా ఒకే చంద్రుడు అనేక తరంగాలలో ప్రతిబింబిస్తాడో అలానే ఒకే పరమాత్మ అన్ని శరీరాలలో ప్రతిబింభిస్తుంది.

295. ప్రస్తుత పరిణామ దిశకు వస్తే 7 పరిభ్రమణాలలో మొదటిదైన ఖనిజ జగత్తు, రెండవదైన వృక్షజగత్తు, మూడవదైన జంతుజగత్తు, నాల్గవదైన మానవుడు అనగా పురుషుడు ప్రకృతి మీద అధికారం సంపాదిస్తున్నాడు.

296. భూమి పరిణామ క్రమములో పృధ్వీ సూక్ష్మ కణాలతో నిర్మింపబడి ఉన్నత మార్గములోకి వెలుతుంది.

297. భూమి మొదటి పరిభ్రమణములో ఆకాశభూతాన్ని తయారు చేసింది. రెండవ పరిభ్రమణములో అగ్ని, భూమి కలసి పరిస్థితులకు తగిన జీవులను తయారు చేసింది. అలా క్రమముగా పంచేంద్రియాలు అభివృద్ధి పర్చుకొని సహజ దివ్య దృష్టివైపు మనిషి ఎదుగుచున్నాడు.

298. మొదటి ఈ పరిణామ దశలో దివ్య శక్తులు, జంతువులు మొదలగునవి ఏర్పడినవి. రెండవ స్థాయిలో భౌతికత పెంపొందింది. మూడవ పరిభ్రమణములో మానవ జాతి రూపొందింది. అపుడే జలమును దాని తత్వమును గూర్చి మానవుడు గ్రహించగలిగాడు. ఈ తత్వము మొదట అతి సూక్ష్మ కణాలతో, లక్షణాలతో ఉండేది.

299. నాల్గవ పరిణామ దశలో అరూప స్థితిలో ఉన్న మానవుడు క్రింది స్థాయికి స్వరూప స్థాయికి దిగినపుడు అప్పటి వరకు అతనికున్న అతీంద్రియ శక్తులు కొల్పోయాడు.

300. నిశ్శబ్దం అనగా కన్ను చూడలేనిది, చెవి వినలేనిది.

301. 5వ పరిణామములో ఆకాశము ఒక తత్వము లాగా రూపొందింది. దానికి శరీరము ఒక వాహనముగా మారింది.

302. వైజ్ఞానికుల పరిశోధన ప్రకారము మనము అనేక జీవరాశుల మధ్య జీవిస్తున్నాము. ప్రకృతిలోని ప్రతి కణము రెండు లక్షణాలు కలిగి ఉంది. 1) జీవాన్నిఇచ్చేది. 2) జీవాన్ని తీసుకొనేది. ఈ రెండింటి మధ్య ఏర్పడిన అనేక సంఘటనలు, విఘటనలు (ఇచ్చేవి, తీసుకొనేవి) వలన సృష్టి నిర్మించబడుతుంది. ప్రాణశక్తులు తమ పనులను నియమబద్ధముగా కొనసాగించుటకు తోడ్పడుతుంది.

303. చంద్రుడు ఈ పరిణామాలకు ముఖ్యకారకుడు. చంద్రుడు ఔషధపదార్థములలో రస కారకుడు. మరియు చంద్రుడు స్త్రీల మీద తన ప్రభావము చూపి సృష్టికి కారణమగుచున్నాడు.

304. పరమాత్మ (సాక్షి) పైలోకాల్లో ఉండి అతని నీడ, క్రింది లోకాలకు వ్యాపించి సాక్షిగా ఉన్నాడు. సాక్షి ఒకడే అయినా అతనికి పునర్జన్మలు అనేకము.

305. పరమాత్మ ఒకడే అయినా దాని వాహనమైన బుద్ధి ధ్యానిలోకములో సంబంధం కలిగి ఉంది.

306. జీవి ప్రతి జన్మకు నిరంతర పరిణామ క్రమములో ఒత్తిడికి లోనై అత్యున్నత స్థాయిని చేరుకుంటుంది.

307. ఏ రోజు వ్యక్తి 'ధ్యానీచోహాన్'లో కలుస్తాడో, నిర్మాణ స్థాయికి చేరుకుంటాడో అపుడు నిప్పురవ్వ జ్వాలలో కలిసినట్లు, వ్యక్తి బ్రహ్మములో కలుస్తాడు. కాని అతని వ్యక్తిత్వము అతనికుంటుంది. గాఢ నిద్రలో స్ఫురణం అంతాపోయి, సుషిప్తిలో ఉన్నపుడు, ఆత్మిక స్థితిలో లీనమై ఉన్నప్పటికి, మెలుకువ వచ్చిన తరువాత వ్యక్తి మామూలు స్థాయికి వస్తాడు. ఈ విధముగా సప్త విధ పరిణామ క్రమము, సప్తవిధ ప్రకృతిలో నిరంతరం జరుగుతూనే ఉంటుంది. సర్వం బ్రహ్మ మయమే కదా!

🍃 . **అంతరంగము** 🍃

2. 84 లక్షల జీవరాశులలో మానవుడొక్కడే మనస్సు కలిగి బుద్ధి ద్వారా విచక్షణా జ్ఞానము కలిగి, ఏది చేయాలో, ఏది చేయకూడదో, ఎందుకు చేయాలో, ఎలా చేయాలో, ఎప్పుడు చేయాలో, తెలిసిన, తెలుసుకొనగల్గిన జీవి.

3. అన్ని పనుల్లో ముఖ్యమైనది, ప్రతి మనిషి తన జీవితములో సాధించవల్సింది యోగము. అనగా జీవాత్మ పరమాత్మను పొందే మార్గము. అందుకే సర్వశ్రేష్ఠమైన యోగజ్ఞానమనే మహా సాగరమును మధించి వెలికి తీసిన సారాంశములను సాధకులకు సామాన్య పాఠకులకు అందించుటకే ఈ పుస్తకమును తయారు చేయుట జరిగింది.

4. అతి జటిలమైన యోగసాధనను సులువుగా అర్థం చేసుకొనుటకు, ఆచరించుటకు అనువుగా స్వయం అనుభవాలను, అనుభూతులను ఇందులో చొప్పించుట జరిగినది.

5. యోగ విషయాలు అనేకం ఒకేచోట ఒకే గ్రంథములో లభించుట చాలా అరుదు. అందుచే ఈ గ్రంథము సాధారణ సాధకులకు అందుబాటులో, సాధకులకు మార్గదర్శిగా ఉపయోగపడగలదు. అనేక మంది యోగుల, మహర్షుల బోధనలు, సాధనా విశేషములను, యోగ ఫలితములు ఇందు నిక్షేపింపబడినవి. ప్రాచీన యోగ సాధనలు, ఆత్మ జ్ఞానము, బ్రహ్మ జ్ఞానము, క్రియా విధానాలు, సాధకులు ఎదుర్కొనే సమస్యలు, సమాధి స్థితి, క్రియా స్థితులు

ఇందు తెలియజేయబడినవి. యోగము నిరంతర సాధన ద్వారా అనుభవ పూర్వకముగా తెలుసుకొనవలసి ఉంటుంది.

6. ఈ అనంత కాలంలో మానవ జీవితము ఒక బుడగ లాంటిది. దీనిని సద్వినియోగము చేసుకున్న, మానవ జీవిత ధ్యేయము సఫలమౌతుంది. సాధన చేయాలంటే మానవ భౌతిక శరీరం మాత్రమే అనువైనది. మిగిలిన దివ్యాత్మలకు, ఇతర జీవరాశులకు ఇంతటి మహత్తర జన్మ, గొప్ప అవకాశము లేదు. దేవతలైనా ముక్తి పొందాలంటే మానవ జన్మ ఎత్తవలసిందే.

7. భగవంతుని పొందుటకు భక్తి, జ్ఞాన, కర్మ, ధ్యాన, క్రియా యోగములు అత్యంత ఆవశ్యకములు. మోక్ష స్థితికి అనేక మార్గములు ఇందు సూచించ బడినవి. ముముక్షువులకు ఇది అత్యంత ఆవశ్యకము. సర్వయోగ సమన్వయమే ఈ పుస్తకము యొక్క ప్రధాన ధ్యేయము. నిరంతరం సాధన చేయుచు ఇలాంటి అధ్యాత్మిక గ్రంథ పఠనమును కొనసాగిస్తూ, మనస్సును ఎల్లప్పుడు ఏదో ఒక పనిలో నిమగ్నము చేయుట అత్యవసరము. మనస్సు ఒక దయ్యాల కార్ఖాన అని పలుకుటచే దానిని సరైన మార్గములో నడిపించుట మన విధి.

8. జీవితములో అనేక ఒడిదుడుకులను, సమస్యలు, సంఘటనలను యోగ సాధన ద్వారా అధిగమించవచ్చును. యోగ సాధన వలన అనేక శారీరక మానసిక అధ్యాత్మిక శక్తులు లభించగలవు. నిరాశ, నిస్పృహ, అశాంతి, సంశయము ఉన్న వారికి యోగసాధన మార్గదర్శి. అజ్ఞానమును పోగొట్టి

ఆరోగ్యమును పొందుట, ఈతి బాధలు, రోగముల నివారణకు యోగసాధన అత్యంత ఆవశ్యకము.

9. అనేక కోట్ల విలువ గల మాణిక్యములు, పచ్చలు, నవరత్నముల కన్నా విలువైన ఆధ్యాత్మిక, యోగ రత్నములను వజ్రాయుధము వంటి యోగ సూత్రములు ఈ గ్రంథము ద్వారా అందించబడుచున్నాయి. ఇట్టి మహా రత్నములను పొంది అభ్యాసం చేయువారికి మోక్ష సామ్రాజ్యము కరతలామలకము.

🍃. అనేక జన్మల సాధనా ఫలితమే యోగము 🍃
10. అనాదిలో సత్య యుగమునందు అవతరించిన యోగము నాశరహితమైన పరమార్థ లక్ష్యమునకు సాధన. భారత దేశం యోగ భూమి. యోగాలకు పుట్టినిల్లు. అనేక మంది యోగులకు జ్ఞానులకు భారతదేశం పుట్టినిల్లు. శ్రీకృష్ణుడు గీత యందు యోగాన్ని గూర్చి తెలుపుతూ తాను యోగ రహస్యమును మొదట సూర్యునికి తెలిపినట్లు, సూర్యుడు తన కొడుకు మనువుకు, మనువు తన కొడుకు ఇక్ష్వాకునకు తరువాత వంశాను గతంగా ఇతర రాజులకు తెలిపినట్లు చెప్పియున్నాడు.
11. యోగాన్ని గూర్చి వేదములు ఉపనిషత్తులు, గీత, శ్రీయోగవాసిష్ఠము, పతంజలి యోగ సూత్రములు, స్మృతులు, పురాణములు ఇతిహాసముల ద్వారా తెలియుచున్నది. సత్యము అనగా బ్రహ్మము. అట్టి బ్రహ్మమును పొందు మార్గమే సత్యయోగము. అప్పటి కృత యుగమే సత్య యుగము. సత్య యోగమునకు మూలము సత్యము, ధర్మము. యోగము అనగా కలియుట లేదా ఐక్య మొందుట.
12. యోగమును గూర్చి అర్థము కావాలంటే యోగ సాధన అత్యావశ్యకము. జీవాత్మ పరమాత్మలో ఐక్యమగుటయే యోగము. కార్యము ఫలించినను ఫలించకుండినను సమత్వ స్థితిలో ఉండుటయే యోగము. కర్మలయందు నేర్పరి తనము, అనాసక్తిగా కర్మలను ఆచరించుట, చిత్త వృత్తులను నిరోధించుట యోగము. నిశ్చల సమాధిస్థితి, ఆత్మ దర్శనం పొందుటయే యోగము. సర్వత్ర వ్యాపించి యున్న

పరమాత్మ యందు ఐక్యమై తానే సర్వము, అను స్థితిని పొందుటయే యోగము.

13. జ్ఞానేంద్రియములను కర్మేంద్రియాలను అంతః కరణ చతుష్టయము ద్వారా జరుగు క్రియలందు ఆసక్తిని నిరోధించుటయే యోగము. షట్చచక్రాల ప్రభావం వలన కలిగిన గుణాలను, తత్త్వాలను చివరిదైన సహస్రారములో లయింప చేయుటయే యోగ సాధన.

14. ఖగోళములో జరిగే క్రియలను, మార్పులను, దివ్య దృష్టిచే అంతరమున గమనించుటయే యోగ గమనము.

15. ప్రాపంచిక దృశ్య విషయ వృత్తులను విచారణ, విషయములనుండి మరల్చుట, హృదయస్తమగు ఆత్మ యందు, స్వ స్వరూపమునందు మనస్సును బంధించుటయే యోగ క్రియ.

16. ఏకాగ్రత అన్నా, ధ్యానమన్నా, సమాధిస్థితి అన్నా, శూన్య స్థితి అన్నా, యోగములోని అంగము.

17. యోగమనగా ప్రాణాయామము, ప్రాణక్రియ అని చెప్పబడినది. శ్వాసను 'ఓం' అను ప్రణవ మంత్రముతో అనుసంధించుట వలన బ్రహ్మ భావన పొందుచున్నాడు. మోక్షమునకు ప్రాణాయామము కూడా ఒక సాధనము.

18. పరమాత్మ తత్త్వమైన ఆత్మ దేహమునందు ఉంచబడి బ్రహ్మమే అగుచున్నది. అంతరాత్మ, పరమాణువు, క్షేత్రజ్ఞుడు అయిన ఆత్మ తత్త్వమును తెలుసుకొను మార్గమే యోగము. ఆత్మానుభూతులను గూర్చి అన్వేషణ చేయుటయే యోగము. భగవంతుని

వద్దకు చేర్చు ఏకైక మార్గమే యోగము.
19. ఆనంద పారవశ్యకమంతా రహస్య యోగములోనే యున్నది. మానవ స్థితులనుండి మానవాతీత స్థితికి చేరుటయే యోగము.
20. పురుష, బ్రహ్మత్వముల కలయికయే యోగము. ఇదియే అర్థనారీశ్వర విధానం.
21. యోగమును పొందుటకు గృహాన్ని వదిలి అరణ్యాలకు, ఆశ్రమాలకు పోవలసిన అవసరం లేదు. ఎవరి ఇంటిలో వారు కుటుంబ సభ్యులతోనే ఉంటూ యోగ సాధన చేయవచ్చు. దేహమే దేవాలయము. అంతటా ఉన్న సాక్షాత్ పరబ్రహ్మం శరీరంలో కూడా వున్నాడు.
22. ఎవరికి ఏది అవసరమో, ఎంత అవసరమో వారు యోగాభ్యాసము వలన పొందవచ్చు. భిన్న భిన్న తత్వములను సమన్వయ పరచి ఒకే లక్ష్యమైన పరబ్రహ్మతత్వమును అందించునదే, జ్ఞానయోగము.
23. గత జన్మల కర్మలను నశింపజేసి కర్మవిముక్తులను చేయునది యోగము. మోక్షము పొందాలంటే కర్మ బంధాలు రద్దు కావాలి. లేనిచో తిరిగి తిరిగి జన్మలు తీసుకోకతప్పదు.
24. యోగమును అనుభవము పొందుట ద్వారానే సాధించవలెను. కేవలము అవగాహన జ్ఞానము, జ్ఞానానుభూతి పొందుట చాలదు.
25. యోగాంగములైన గ్రంథ పఠనము, సత్ సంగము, విచారణ, మననము, చింతన, నిరంతర అభ్యాసము, ధ్యానము, ఏకాగ్రత, అనుభూతి అనునవన్నియు సాధించినపుడే ఆత్మదర్శనము ప్రాప్తించును.
🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃. **యోగి అనగా ఎవరు** 🍃

26. యోగి అయిన వాడే యోగిని గూర్చి అర్థము చేసుకొనగలడు. ఆత్మ జ్ఞానము కొరకు నిరంతర సాధన చేయువాడే యోగి.

27. 'అహం బ్రహ్మాస్మి' అను భావముతో యోగ స్థితిలో అభ్యాసకుడు పరమాత్మను అనుభవంలోనికి తెచ్చుకొనును. అనాసక్తముగా అభ్యాసం చేయుచు జీవాత్మను పరమాత్మ యందు ఐక్యము చేయు సామార్థ్యము కలిగినవాడే యోగాభ్యాసకుడు.

28. ధైర్యంతో కూడిన బుద్ధిచే, మనస్సును మెల్లమెల్లగా, అంచలంచెలుగా, ప్రాపంచిక విషయ వస్తు, పదార్థ, భోగ విషయముల నుండి మరలించువాడు యోగి.

29. ఇంద్రియ పదార్థములపై అసక్తిలేని వాడై, కర్మల యందు త్యాగబుద్ధి కలవాడై, సంకల్ప, వికల్ప రహితుడైన వాడు యోగారూఢుడని పిలువబడును.

30. యోగభ్రష్టుడైనప్పటికి, ఇహపరములందు వినాశమును పొందక, మరణానంతర జన్మయందు ఉత్తమ కుటుంబమునందు జన్మించి యోగారూఢుడై జీవన్ముక్తిని పొందును. అతనికి గతజన్మల యోగ సాధన తోడ్పడును.

31. యోగి అయిన వాడు తపస్వుల కంటెను, శాస్త్రజ్ఞుల కంటెను, కర్మలు చేయువారి కంటెను సర్వ శ్రేష్టుడని గీతావాక్యము.

32. ఆత్మ ప్రాప్తిని పొందిన యోగి జ్ఞానియై, వికార రహితుడై, ఇంద్రియములను వశపర్చు కొన్న వాడై, మట్టి బంగారము లందు సమ భావన కలవాడై ఉండును.

33. యోగి జీవించి యుండగనే కామక్రోధాదులను అదుపులో ఉంచుకొని, భోగక్షయము కలిగి నిజమైన సుఖవంతుడుగా ఉండును.

34. ఆత్మ ప్రాప్తికై కర్మయోగము, జ్ఞానయోగము, ధ్యానయోగము, భక్తి యోగము లను అనుష్ఠించువారందరు యోగులే.

35. యోగి చిణీ ఛిణీ, కింకిణీ, శంఖు, వేణు, వీణా, తాళ, ఘంట, భేరి, మృదంగ, మేఘనాదములను దశ విధ శబ్దములను ఆనందముగా వినుచూ అమృతపానము చేయుచుండును. నాభియందు యోగాగ్ని పుట్టి సంచితకర్మలను భస్మం చేయును.

36. తాబేలు తన అవయవములను లోనికి ముడుచుకొనునట్లు, యోగి ఇంద్రియములను నిరంతరము మరలించుకొని యుండును. అతని స్థితి గాలి వీచని చోట దీపము వలె నిశ్చలముగా ఉండునట్లు ఉండును.

37. వేద శాస్త్ర పఠనాభ్యాసములు, పూజలు, హోమములు, తపస్సు, వ్రతములు, ఉపవాసములు, దానములు, ఇంద్రియ సంయమముల వలన కలుగు పుణ్య సంపద అంతయు యోగి అప్రయత్నముగనే పొందును.

38. సత్కర్మల ద్వారా పొందు స్వల్ప పుణ్యము తాత్కాలికములు. అది అంతరించిపోవును. ఆత్మ ప్రాప్తి వలన కలుగు పుణ్యము అనంతము, శాశ్వతము. కావున బ్రహ్మ తత్త్వములను తెలిసిన యోగి బ్రహ్మమునే పొందును.

39. యోగమును శరణు వేడిన యోగి మాయను దాటుటయే గాక అతని యోగ క్షేమములు భగవంతుడే చూచుకొనును.

🍃. యోగి లక్షణములు 🍃

40. బ్రహ్మ జ్ఞాని అయిన యోగి భౌతిక సాధనలు, పూజ సామాగ్రిని వాడడు. తాంత్రిక సాధనలు చేయడు. దేవతారాధనకు ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇవ్వడు.

41. ఆసనములు, ప్రాణాయామము, భూచరి, ఖేచరి, సాంభవి ముద్రలను అభ్యసించడు.

42. యోగి అయిన వాడు ఇడ, పింగళ, సుషుమ్న, నాడుల మార్గములు అన్వేషించడు.

43. ఆత్మ నిగ్రహమునకు, ఇంద్రియ నిగ్రహమునకు అతీతముగా యోగి వుండును.

44. సకామ, నిష్కామ కర్మలకు అతీతుడుగా ఉండును. ఈశ్వరానుగ్రహమునకు పాత్రుడై ఆత్మానందుడై ఉండును.

45. బ్రహ్మ జ్ఞాని అయిన యోగి తాను మనస్సు, బుద్ధి, శరీరము, ఇంద్రియములు, అహంకారము పంచతన్మాత్రలు పంచభూతములు కాదని తెలిసియుండును.

46. శాస్త్ర జ్ఞానములందు, శుద్ధ అశుద్ధులందు అతీతుడుగా ఉంటూ కేవలం ఆత్మ యందే రమించి ఉండును.

47. యోగి శరీరపరముగా ఏ స్థితిలో మరణించినను, ఎచ్చట మరణించినను, తాను పరమాత్మ యందే ఐక్యమైయుండును.

48. యోగులు భౌతికముగా చతుర్విద ధర్మములను ఆచరిస్తూ ప్రేమ, వైరాగ్యములను అలవర్చుకుని నిర్గుణుగా యుండును.

49. యోగికి వేదాధ్యయనము, దీక్షలు, విగ్రహారాధనతో పనిలేదు.

50. యోగి సదా బ్రహ్మ భావనలో లీనమై ఉండుటచే అంత్య కాలమందు కూడా అదే నిష్ఠ కల్గి పునర్జన్మ పొందడు.
51. యోగి సంకల్ప రహితుడు, జన్మ రహితుడు అగుటచే అతనికి పిత్రుయానము, దేవయానము లుండవు.
52. యోగి జీవన్ముక్తుడగుటచే మానసికముగా అంతరముగా పవిత్రుడై ఉండును.
53. యోగి కర్మలను నిష్కామముగా ఆచరించుటచే, అతడు కర్మలను చేసినను త్యజించినవాడే అగును.
54. యోగి జ్ఞానికంటెను, తపస్వుల కంటెను పండితులకంటెను, శ్రేష్ఠుడు. నిరంతర కృషి, ధ్యానాభ్యాసము, కఠోర సాధన వలన యోగి అగుచున్నాడు.
55. యోగులలో మహా యోగియైనవాడు పంచ జ్ఞానేంద్రియములు, కర్మేంద్రియములను, మనసును నిగ్రహించి భగవంతుని యందు వాటిని ఐక్యము చేయు నేర్పరియైయుండును.
56. యోగియైన వాడు విషయ, వస్తు, శబ్ధ, భోగ రాహిత్యముతో సాధన యందు అనాసక్తుడై వుండి కర్మలను కూడా అనాసక్తితో ఆచరించును. అపుడు కర్మ అంటదు.
57. యోగికి యోగాభ్యాస కాలములో అనారోగ్యము, భోగాదులపై ఆసక్తి, ఇతర వ్యక్తిగత, బాహ్యకారణముల వలన యోగాభ్యాసమునకు భంగము కలిగినపుడు అతడు యోగభ్రష్టుడగు చున్నాడు.

58. యోగభ్రష్టుడు మరణానంతరము పుణ్యలోకములు పొంది, తిరిగి శ్రీమంతుల సదాచారపరుల ఇండ్లలో జన్మించి జ్ఞానియై మరల యోగాభ్యాసము కొనసాగించి చివరికి ముక్తుడగును. గత జన్మ సంస్కారములు ఇతనికి తోడ్పడును. అందువలన యోగి ముక్తి నందువరకు యోగిగానే జీవించి ఉండును.

🌹🌹🌹🌹🌹🌹🌹

🍃. మన పూర్వీక గురువులు 🍃

59. యోగులలో పరబ్రహ్మమే ప్రథమ యోగి. ఇతడు సర్వజ్ఞుడు. బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరులు యోగ నిద్రలో ఉండి యోగమాయతో ఈ సృష్టిని నిర్వహించుచున్నారు. వేద విజ్ఞానము ముందుగా అగ్ని, వాయువు, ఆదిత్యుడు, అంగీరస లనువారిలో ప్రకాశించెను.

60. సృష్టి ప్రారంభమున ఋషి వర్గ మంతయు స్వయంగా ఉద్భవించి జ్ఞానము, శ్రవణము, తపస్సు అను నిశ్చిత రూపములో ఉండియున్నారు. వీరినే బ్రహ్మవేత్తలు అనియు, ఇంద్రియములను జయించి బ్రహ్మనిష్ఠను పొందినవారనియు పిలిచిరి.

61. మునులు అనగా మనన శీలులై ఎల్లపుడు పరమాత్మయందు లీనమై, పరమాత్మనే స్వస్వరూపముగా ధ్యానించువారు. వీరు ఆత్మ సర్వవ్యాప్తము, సర్వ శ్రేష్ఠమని ఆరూఢమై యుందురు.

62. దేవలోకమున నివసించువారిని దేవర్షులనిరి. వీరు త్రికాలజ్ఞులు, మంత్ర ప్రవక్తలు, సత్యవాదులు, గొప్ప తపశ్శక్తితో సర్వలోకములలో నిరంతరము సంచరించుచూ, దేవతలను కూడా తమ అధీనములో ఉంచుకొనువారు. ఇట్టి లక్షణములు కల దేవతలు, బ్రహ్మణులు, రాజర్షులు, శూద్రులు కూడా దేవర్షులనబడుదురు. ఉదాహరణ:- నరనారాయణులు, నారదుడు, వ్యాసుడు మొదలగువారు.

63. సనకసనందనాదులు కూడా బ్రహ్మ మానస పుత్రులే. వీరు బ్రహ్మ మనస్సు నుండి పుట్టినవారు. వీరు అందరకు జ్ఞానము ప్రసాదించిన ఆచార్యులు.

64. మనువులు పదునాల్గురు. ప్రతి
మన్వంతరమునకు మనువులు మారుచుందురు.
వారితోపాటు సప్త ఋషులు, దేవతలు, ఇంద్రుడు,
మనుపుత్రులు కూడా మారిపోదురు.
65. సప్త ఋషులు, బ్రహ్మ మానస పుత్రులు భగవత్
కార్యములను ఆచరించుచుందురు. వీరు మరీచి, అత్రి,
పులహుడు, వసిష్టుడు, అంగీరసుడు, పులస్త్యుడు,
క్రతువు. వీరు ధర్మరక్షకులు, లోకరక్షకులు.
66. విశ్వామిత్రుడు జమదగ్ని, భరద్వాజుడు,
గౌతముడు, కశ్యపుడు మొదలగువారు బ్రహ్మ మానస
పుత్రులు కాదు. పిదప బ్రహ్మర్షి అయినవారు.
67. వసిష్టుడు సప్త ఋషులలో శ్రేష్ఠుడు.
శ్రీరామచంద్రుని గురువు. వీరి ధర్మ పత్ని అరుంధతి.
అష్ట సిద్ధులు కలవారు. వీరి నూర్గురు కుమారులను
విశ్వామిత్రుడు వధించినను ప్రతీకారము
తీర్చుకొనలేదు. తపస్సు కంటెను సత్‌సాంగత్యము
గొప్పదని విశ్వామిత్రునితో వాదించి రుజువుచేసెను.
శ్రీయోగ వాసిష్టి గ్రంథ�ము, శ్రీవసిష్టునికి,
శ్రీరామచంద్రునికి జరిగిన సంవాదమే. ఇది వసిష్ట గీత
అని పిలువబడినది.
68. సప్త ఋషులలో ఒకడైన మరీచికి అనేక మంది
భార్యలు కుమారులు కలరు. కశ్యప మహర్షి ఈయన
కుమారుడే. బ్రహ్మ పురాణమును మొదట
బ్రహ్మదేవుడు మరీచికి వినిపించెను.
69. అత్రి మహర్షి గొప్పతపస్సంపన్నుడు. మహా
పతివ్రత అయిన అనసూయ ఈయన ధర్మపత్నియే.
అనసూయ కపిల మహర్షి యొక్క చెల్లెలు. వీరికి బ్రహ్మ,
విష్ణు, మహేశ్వరులు ప్రత్యక్షమై, వీరి అంశతో

దత్తాత్రేయులు విష్ణు అంశతో జన్మించెను. అలాగే చంద్రుడు బ్రహ్మ అంశతోనూ, దుర్వాసుడు శివుని అంశతోనూ జన్మించిరి.
70. పులస్త్యుడు సమస్త యోగ శాస్త్ర పారంగుతుడు. మహా తపస్వి. ధర్మ పరాయణుడు. వీరికి ముగ్గురు భార్యలు కలరు. పెక్కు మంది కుమారులు కలరు. విశ్వవసువు వీరికుమారులు. కుబేరుడు, రావణుడు, కుంభకర్ణుడు, విభీషణులు విశ్వవసువు కుమారులే.
71. పులహుడు మహాజ్ఞాని. వీరు సనందన మహర్షి నుండి జ్ఞానమును పొందిరి. వీరికి ఇద్దరు భార్యలు ఒకరు దక్షప్రజాపతి కుమార్తె అయిన 'క్షమ', రెండవ వారు కర్దమ పుత్రిక అయిన 'గతి' అనువారు. వీరికి అనేక మంది పుత్రులు, పుత్రికలు కలరు.
72. క్రతువు మహాతేజస్సంపన్నుడు. ఇతనికి ఇద్దరు భార్యలు. ఒకరు కర్దమ మహర్షి పుత్రిక 'క్రియ' ఇంకొకరు దక్ష కుమార్తె 'సన్నతి' వీరి వలన వాలఖిల్యులు అను పేరు గల్గిన అరవై వేల మంది ఋషులు జన్మించారు.
73. అంగీరసుడు అసాధారణ ఋషి. అధ్యాత్మిక తేజోసంపన్నుడు ఇతనికి పెక్కుమంది భార్యలు కలరు.
74. సప్త ఋషులు బ్రహ్మ ద్వారా సృష్టించబడి సంతాన ఉత్పత్తికి తద్వారా భూలోక ప్రజా జీవనమునకు, ప్రధాన కారకులైరి.
75. సప్త ఋషుల లక్షణములు: బ్రహ్మ మానస పుత్రులు, తేజోమూర్తులు, ధర్మాచరణ ప్రవక్తలు, ప్రజాపతులు, దీర్ఘాయువులు, వేదమంత్రప్రవక్తలు, దివ్యశక్తి, సంకల్ప శక్తి గల్గి దివ్య దృష్టి కలవారు, సర్వ ధర్మమర్మజ్ఞులు యజ్ఞములు చేయుట, చేయించుటలో ప్రవీణులు, గురుకులముల ద్వారా విద్యాభివృద్ధికి

తోడ్పడతారు. సంతాన ప్రాప్తికి గృహస్థాశ్రమములు స్వీకరించిరి. సంతానము, గోధన సంపన్నులు. ప్రాపంచిక భోగములందు ఆసక్తి లేని వారు. మనస్సును జయించినవారు. వాక్ శుద్ధి కలిగిన వారు.

76. ఇతర మహా ఋషులలో ముఖ్యులు:

1. కాక భుషుండి మహర్షి: ఇతని చే రచింపబడిన 'కాక భుజందర్ నాడీ'. అను గ్రంథము చాలా ప్రసిద్ధి చెందినది. ఈ గ్రంథములో అనేక ఆశ్చర్యకర విశేషములతో పాటు ఎన్నో రహస్యాలు వర్ణింపబడినవి. కేవలము కారణజన్ములు. అవతారముర్తులను గూర్చి వారి రహస్యములను ఇందు తెలుపబడినవి.

2. పరాశరమహర్షి: వీరు రచించిన "హోరానాడి" అను గ్రంథము అద్భుతము, ఆశ్చర్యకరమైనది. అందు యోగజ్ఞానము, సత్యజ్ఞానము, లోకజ్ఞానము, సృష్టి రహస్యములు తెలుపబడినవి. భూతభవిష్యత్ విషయములు వర్ణింపబడినవి.

3. కపిల మహర్షి: అణువులో బ్రహ్మశక్తిని ధర్శించిన వారిలో కణ్వ, గౌతమ మహర్షుల తర్వాత కపిల మహర్షిని పేర్కొనబడిరి. అణువు నందు గల శక్తియే బ్రహ్మము అను అణు సిద్ధాంతాన్నీ మొదట కపిల మహర్షి రూపొందించారు.

4. విశ్వా మిత్రుడు: ఇతడు పదివేల సంవత్సరములు తపస్సు చేసిన క్షత్రియుడు బ్రహ్మర్షి అయ్యెను. దశరధుని కుమారుడైన రామచంద్రుని తన యాగ రక్షణుకు తీసుకొని వెళ్ళి అతనికి అనేక అస్త్ర శస్త్రములను బోధించినవాడు.

వీరు కాక వాల్మికి, కర్దముడు, భృగువు, చ్యవనుడు,

ఉద్దాలకుడు, ఉశీలుడు, వామదేవుడు, దుర్వాసుడు, భరద్వాజుడు, ఋచీకుడు మొదలైన అనేక మంది వేదవేదాంగపారంగతులైరి.

77. ఈ ప్రపంచమున నివశించు ప్రజలందరు ఎవరికి సంతతి అయినారో అట్టి పూర్వీకులైన సప్తఋషులకు కూడా సనకసనందనాదులు, వసువులు, దేవర్షులు మొదలగువారు చాలా పూర్వీకులు. వీరందరినుండియె ఈ ప్రపంచములోని జనులందరు పుట్టిరి. అందుకే వారి గోత్రనామాలను మనము ఇప్పటికి వంశానుసారముగా కలిగి యున్నాము.

🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

78. తపస్సు మనస్సుకు సంబంధించినది. మనస్సుతో చేయు సాధనయె తపస్సు దీని లక్షణములు:

1. మనస్సును ధ్యాన విషయమునందు లగ్నం చేయుట.

2. మనస్సు శుద్ధి కలిగి నిశ్చలంగా ఉండుట.

3. శారీరక, పరిసరముల పరిశుద్ధత.

4. కామ, క్రోధాదులు లేకుండుట.

5. సంకల్పరహితముగా ఉండుట.

6. మనోనిగ్రహము.

79. తపస్వులు ఆహారమును వర్జించి సాధన చేయగల శక్తి కల్గి ఉండవలెను. ఎప్పుడైతే సాధకుడు పైన తెల్పిన తపస్వి లక్షణములు కల్గి సాధన చేయునో, అప్పుడు అతనికి ఆహార ఆవశ్యకత లేక మానసిక శక్తితో తపస్సులో నిమగ్నమవగలడు. వారికి శ్వాస ద్వారానే విశ్వము నుండి శక్తి లభించును. శరీరము మనస్సు నిశ్చలమైనప్పుడు శక్తిని పొందే ఆవశ్యకత ఉండదు.

మామూలుగా శక్తి ఆహారం ద్వారా లభించును. కానీ తపస్సులకు అవసరమైన శక్తి కేవలం శ్వాస ద్వారానే లభించగలదు.

త్రివిధ తపస్సులు:

1. ఆత్మానాత్మ వివేకముచే మనస్సును ప్రత్యగాత్మ యందు విలీనము చేయుట జ్ఞాన తపస్సు. ఇది ఉత్తమ తపస్సు.

2. ధ్యానధారణాదులచే మనస్సు నిలువరించి, సమాధిలోనుంచుట మధ్యమ తపస్సు.

3. కృచ్ఛ్రంద్రాయణాదుల చేతను, ఉపవాసములచేతను, దేహేంద్రియములను కృశింపజేయుట కనిష్ఠ తపస్సు.

🍃. అనన్యయోగము 🍃

80. దృఢమైన యోగ సాధనను అనన్య యోగము అందురు. ఒక వ్రతము మాదిరిగా నిత్యము నిరంతరం ఆటంకము లేకుండా పురుష ప్రయత్నంతో చేయు సాధననే అనన్య యోగం అంటారు.

81. అనేకమైన అంతులేని ఆపదలు, అష్టకష్టములు, విఘ్నములు ఏర్పడినను యోగులు తమ సాధన యందు ఏ మాత్రము చలించక నిరంతర అభ్యాసము చేయుచుందురు. దానినే అనన్యయోగమందురు.

82. కర్మ, జ్ఞాన, భక్తి, ధ్యాన యోగములలో అనన్య యోగమును ఏదో ఒక దాని యందు జోడించిన, ఆ యోగమునకు అనంత శక్తి చేకూరి త్వరిత ఫలితము లభించును. అనన్య యోగము ఒక ప్రత్యేకమైన యోగపద్ధతి కాదు.

83. ఏదో కొంత కాలము కొన్ని రోజుల సాధన కాకుండా నిరంతరము ఆత్మ యందు చిత్తమును, మనస్సును లగ్నం చేయుట వలన క్రమముగా అనన్య యోగము సిద్ధించును.

84. ఇతర ప్రాపంచిక పదార్థములపై ఆసక్తి చూపక నిరంతరము పరమాత్మ యందే ధ్యాస కలిగి సాధన చేయుటయె అనన్య యోగము.

🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃. యోగము, అనుష్ఠానము 🍃

85. యోగము ఒక గ్రంథము కాదు. ఇది అనుష్ఠాన ప్రధానమైనది. అనుభవ పూర్వకమైనది. పాండిత్యమునకు, గ్రంథస్థమునకు, ఉపన్యాసములకు అతీతమైనది. అందుకు క్రమశిక్షణ, గురుశుశ్రూష, సాధుసాంగత్యము అవసరము.

86. ఆత్మ అనాత్మల భేదములను మొదట గ్రహించవలెను. సిద్ధాంతములపై పోరాడువారికి ఆధ్యాత్మ రహస్యములు ఎప్పటికీ అందుబాటులోకి రావు. సాధన లేనిదే ఆత్మ ప్రాప్తిని పొందలేడు.

87. నిరంతరం సూత్రప్రాయంగా పురుష ప్రయత్నంతో యోగము అభ్యాసము చేసిన సిద్ధి లభించగలదు.

88. గురువులు వేదాంతమును తక్కువగా చెప్పి సాధన, యోగ ప్రక్రియలను గూర్చి ఎక్కువగా బోధించవలెను. లక్ష్యమును అతి స్వల్పముగా చెప్పి సాధనను నొక్కి చెప్పాలి.

89. యోగము ఆచరణాత్మక దివ్య సాధనలను ఎల్లరు గుర్తించి ఆచరించి తరించవలెను. ఇది వాచావేదాంతము కారాదు. అనుష్ఠాన వేదాంతము. ఆచరణ వలనె యోగ ఫలితము శరీరములో పనిచేయుటను గ్రహించవలెను.

90. యోగపరిపూర్ణత, ఆత్మ పరిపూర్ణత పొందిన తరువాతే మోక్షము. పైపైన ఎన్ని పూజలు చేసినను, స్తోత్రములు వల్లించినను, నామ జపములు చేసినను, మూలాక్షరముల సహస్రనామోచ్చరణ చేసినను, ధ్యానము లాచరించినను, పుణ్య క్షేత్రములు దర్శించినను, ఎన్ని పవిత్ర నదీ స్నానములు చేసినను మోక్షము చేకూరదు. ప్రతి మానవుడు ఆచరణలో పెట్టి అనుభవములతో ఫలితములు చూచుకొనవలెను.

🍃 యోగము, గృహస్థాశ్రమము 🍃

91. సాధారణముగా ఆశ్రమములలో నాలుగు రకములు ఉన్నవి.

1. గృహస్థాశ్రమము
2. బ్రహ్మచర్యము
3. వానప్రస్థము
4. సన్యాసాశ్రమము.

యోగసాధన ద్వారా మోక్షము పొందాలంటే ఏ ఆశ్రమము పాటించవలెనన్నది ప్రశ్నార్థకము.

92. ఏ ఆశ్రమము వారైనను యోగ ధ్యేయమును సాధనా సిద్ధాంతములను శాస్త్ర ప్రమాణముగా అభ్యాసం చేయుచు ఏ ఆశ్రమమైనను పాటించవచ్చును. కానీ అన్నింటిలో గృహస్థాశ్రమము శ్రేష్ఠమైనదని పెద్దలు చెప్పుదురు. అందుకు కారణము మిగిలిన మూడు ఆశ్రమముల వారు వారి కనీస అవసరములకై గృహస్థులమీదే ఆధారపడవలసి యుందును.

93. గృహస్థుని ధర్మములు: దొంగతనము చేయకుండుట, ధైర్యము, సుచిత్వము, ఇంద్రియ నిగ్రహము, వేదాంత విచారణ, సత్యము, క్రోధము లేకుండుట, బుద్ధిమంతుడై ఉండుట అతిధిని గౌరవించుట, లోకజ్ఞానము ముఖ్యమైనవి. అప్పుడే అతడు యోగాభ్యాసానికి యోగ్యుడు.

🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃. సాధనా చతుష్టయము – 1 🍃

94. యోగ విద్య యందు సాధకునికి నాలుగు రకములైన సాధన సంపత్తులు అవసరము.

> 1. నిత్యానిత్య వస్తు వివేకము.
> 2. ఇహాముత్రార్థ ఫలభోగ విరాగము.
> 3. శమ దమాది షట్ సంపత్తి.
> 4. ముముక్షత్వము

95. నిత్యానిత్య వస్తు వివేకమనగా ప్రపంచమంతయు మాయయని, నశ్వరమని, ఆత్మ ఒక్కటె నిత్యమని, నాశరహితమని భావించుట.

96. ఇహా ముత్రార్థ ఫల భోగ విరాగము అనగా ఇహలోక, స్వర్గలోక సుఖములందు వైరాగ్యము.

97. శమము, దమము, ఉపరతి, తితీక్ష, శ్రద్ధ, భక్తి అను ఆరింటిని షట్ సంపత్తి అంటారు.

> 1. శమమనగా: అంతరింద్రియ నిగ్రహము, నిశ్చల సమాధి.
> 2. దమమనగా: బాహ్యేంద్రియ నిగ్రహము, విరక్తి వైరాగ్యములు.
> 3. ఉపరతి అనగా అరిషడ్వర్గములను జయించుట, విషయాసక్తి వీడుట.

4. తితీక్ష అనగా
సుఖఃదుఃఖములను
ఓర్చుకొనుట, విషయ
సమత్వము.
5. శ్రద్ధ అనగా గురువు యందు
వేదాంత వాక్యములందు
నమ్మకము కలిగి శ్రవణము,
విచారణ చేయుట.
6. భక్తి అనగా గురువులను
పూజించుట. శుశ్రూష చేయుట.

98. ముముక్షత్వము అనగా మోక్షము పొందుట యందు అభిలాష కలిగి అందుకు తగిన సాధన, యోగాభ్యాసము చేయుట, గురువులను ఆశ్రయించుట, శ్రవణాదులు చేయుట.

99. దివ్య దృష్టి గురువు ద్వారానూ, భగవంతుని అనుగ్రహము ద్వారాను పొందవచ్చు. అభ్యాసంతో దివ్యదృష్టిని అనగా జ్ఞాన నేత్రములను(మూడవ కన్ను) పొందవచ్చు. దీని వలన ఆత్మానుభూతి పొందవచ్చు. వ్యాసుడు సంజయునకు, శ్రీకృష్ణుడు అర్జునునకు, బ్రహ్మంగారు సిద్ధయ్యకు దివ్య దృష్టిని ప్రసాదించిరి. జ్ఞానంతో పాటు దివ్య దృష్టి ఉన్నప్పుడు సుదూర ప్రాంతపు దృశ్యములను కూడా దర్శించవచ్చు. బ్రహ్మాండములోని దృశ్యములలో, భవిష్యత్తు సంఘటనలు దివ్య దృష్టి ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు. ఈ

శక్తిని నిరంతర యోగ సాధన ద్వారా పొందవచ్చు.
జనుల మనస్సులోని విషయములు గ్రహించవచ్చు.
ఉత్తమమైన అనన్య యోగులు ఈ శక్తిని పొందగలరు.
కాని ఇవన్నీ మోక్షమునకు ప్రతిబంధకము.

100. యోగసిద్ధి: ప్రాపంచిక విషయములందు ఆసక్తి లేక శాశ్వతమైన పరబ్రహ్మరూపములోనే లయించి యుండును. అట్టి వారే యోగసిద్ధిని పొందినట్లు. అందుకు కోరికలు త్యజించవలెను. మనస్సును నిగ్రహించవలెను. ఆత్మ స్థితి యందు సర్వమును లయించవలెను. అట్టి యోగికి పునర్జన్మలేదు. సంకల్పరహితుడు మనస్సును ఆత్మ యందు లయించి యుండును. శాంతిని పొందును. సమదృష్టి కల్గి సర్వ జీవరాశులు పరబ్రహ్మ స్వరూపమే అని జీవాత్మ పరమాత్మ ఒక్కటేనని గ్రహించును.

101. యోగము సిద్ధించాలంటే దృఢ సంకల్పము, సాధన, వైరాగ్యము, సాధనాఫలితముల కొరకు చూడకుండా సాధన నిరంతరము కొనసాగించుట. భౌతిక తాపత్రయములు వదలివేయుట. సుఖ దుఃఖములకు అతీతుడై ఉండుట. ఇంద్రియ నిగ్రహము, వాసనాక్షయము, భోగరాహిత్యము కలిగి ఉండుట. అట్టి వారే యోగసిద్ధిని పొందగలరు. వారినే యోగారూఢులందురు.

102. ఉత్తమ యోగి అయినవాడు నిరంతరము భగవంతుని యందు ఆత్మను లయింపజేయుట, శ్రద్ధ, దైవచింతన కల్గి ఉండును.

🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃. సాధనా చతుష్టయము – 2 🍃

103. ప్రాణవాయువును బ్రహ్మరంధ్రమున నిల్పుటయే యోగధారణ. మనస్సును ఆత్మ స్థానమైన హృదయమున నిల్పి ఏకాగ్రతతో ధ్యానం చేయుటయే యోగధారణ. ఇందుకు ఈశ్వరానుగ్రహము లభించవలెను.

104. యోగులలో డంబాచారులు, ముముక్షువులను రెండు రకములు ఉందురు. డంబాచారులు వస్తువులపై, విషయముపై, ఆసక్తి కలిగి యుందురు. ముముక్షువులు ఇట్టి ప్రయత్నములు విడనాడి ఎల్లప్పుడు ఆత్మ చింతనలో ఉందురు. డాంబిక యోగులు కొందరు, వేషధారులు కొందరు, ఉపన్యాసకులు, తమగొప్పలు చెప్పుకొనేవారు; వీరు రుద్రాక్షలు ధరించి గంజాయి త్రాగుచు, కాషాయాంబరములు ధరించి యుందురు.

105. నిరంతర సాధన వలన యోగులకు యోగశక్తి లభించును. ఆ శక్తితో ప్రాణవాయువును భ్రూమధ్యమందు నిల్పి మనస్సుతో పరమాత్మను ధ్యానించవలెను.

106. యోగము యొక్క పరాకాష్ఠ యోగసిద్ధి పొందుటయే. సిద్ధిపొందిన వారు ఇక సాధన చెయవల్సిన అవసరము లేదు. వీరు జీవన్ముక్తులు. లోక కళ్యాణం కొరకు కార్యములు చేయుచుందురు. వీరికి పునర్జన్మలుండవు.

107. ఆధ్యాత్మికం అనగా భౌతిక విషయములలో మనస్సు, ఇంద్రియములు, బుద్ధి, జీవుడు, పరమాత్మ, అనువిషయములను గూర్చి విశ్లేషించి, సాక్షియగుట. దీనినే ప్రత్యగాత్మ అందురు. ఇదే జీవుని యొక్క వాస్తవ రూపము. భోగములు, వాసనలు నశించేవే.

అనగా క్షరములు. శాశ్వతము, శ్రేష్ఠము, నిర్మలము, నాశరహితమైన ఆత్మయే అక్షరము. అనగా నాశనము లేనిది.

108. యోగవిశిష్ఠతను గూర్చి పురాణ ఇతిహాసములు, ఉపనిషత్తులు, గీత, శ్రీయోగవాసిష్ఠము, పతంజలి యోగము, వ్యాసుని జ్ఞాన సిద్ధాంతములు, నారద భక్తి సూత్రములు, స్మృతులు, శ్రుతులు, మార్కండేయ, విష్ణుపురాణములు, భారత, రామాయణ, భాగవతములందు వివరింపబడినది.

109. యోగవిశిష్ఠత: ఇది పురుషార్థమగు మోక్షమును పొందుటకు మార్గము. బుద్ధి నిర్మలమగుటకు యోగాభ్యాసము అవసరము. ఇది శాశ్వతమైన జ్ఞాన భాండాగారము. సృష్టి ఆరంభమునుండి గంగా ప్రవాహము వలె నిరంతరము ప్రవహించుచున్నది. యోగజ్ఞానము జ్ఞానములన్నింటికి శ్రేష్ఠమైనవి. యోగి మానవులందరిలో గొప్పవాడు. సాధనలన్నింటిలో యోగసాధన గొప్పది. ఇది సాక్షాత్ భగవంతునిచే ప్రత్యక్షముగా ప్రకటింపబడినది. ఇది మోక్షప్రదాయిని. నొసటి వ్రాతను జాతకమును చెరిపివేయునది యోగము.

యోగము కుల, మత, జాతి, కాలము, దేశము మొదలగు వాటికి అతీతమై సర్వజనామోదమైనది. సాధన, నిష్ఠ, అనుష్ఠానము, సమన్వయ దృష్టి, ఆహార నియమములు, క్రమ శిక్షణ, సర్వులకు ఆచరణ యోగ్యము.

🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃 సాధనా చతుష్టయము - 3 🍃

110. యోగసాధన వలన నాభియందు యోగాగ్ని జనించి వారివారి సుకృత, దుష్కృత కర్మలు, నశించి చివరకు సాధకులు బ్రహ్మైక్యము పొందుదురు.

111. సాధన ప్రారంభించి పూర్తికాకపోయినను తగిన ఫలము లభించును. మిగిలిన సాధనను మరుజన్మలో కొనసాగించి సిద్ధింప చేసుకొనవచ్చు.

112. ఆత్మ సాధన ద్వారా, వివిధ అనుభూతుల ద్వారా, ఆనంద పారవశ్యమును పొంది తుదకు పరమశాంతిని పొందును.

113. యోగసాధన వలన అనారోగ్యము నశించి సమస్త రోగములు దోషములు తొలగిపోవును.

114. ప్రతిగృహము ఒక యోగాశ్రమముగా మార్చుకొని సర్వులకు మార్గదర్శకముగా మార్చుకొనవచ్చును.

115. కుల, మత, జాతి, భేదము లేకుండా సర్వులకు ఆమోదయోగ్యమై, వ్యక్తి ఆటంకాలకు వీలు లేకుండా ఉండుట యోగము యొక్క ప్రత్యేకత.

116. భారతీయ యోగ ప్రాశస్త్యము, యోగ గ్రంథములు విదేశాలలో ప్రచారమై, యోగశక్తికి వారు ఆకర్షితులగుచున్నారు.

117. యోగము కల్ప వృక్షము, కామధేనువు, చింతామణి వంటిది అగుటయేగాక మోక్ష సిద్ధిని ప్రసాదించును.

118. యోగాగ్ని శరీరముగా గల వానికి వార్ధక్యముగాని, మరణముగాని తన అధీనములోనుండి సదా ఆరోగ్యవంతునిగా ఉంచును.

119. యోగాభ్యాసి శరీరము తేలికగా ఉండును. కంఠధ్వని స్పష్ఠముగా, మృదువుగా ఉండుటయేగాక శరీరము సుగంధమును వ్యాపింపజేయును. తేజోవంతముగా శరీరము ఉండును. ఎట్టి ప్రదేశములందైనను, శ్మశానమునందైనను, యోగి ఆనందమగ్నుడై యుండును.

120. ఇట్టి యోగమును సర్వ మానవాళి సద్వినియోగపర్చుకొని, పఠనము, శ్రవణము,అనుష్ఠానము ద్వారా దుఖఃములు, రోగములు తొలగించుకొని సుఖప్రాప్తి పొందుదురుగాక.
🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃 మనస్సు దాని వికారములు – 1 🍃

121. మనస్సు అనేది అతి సూక్ష్మమైన స్థితి. ఇది యోగ సాధకుని మాయలో పడవేయు శత్రువు. అంతేగాక దీని ద్వారానే యోగి తన యోగ సాధన కొనసాగించి, దీనిని స్వాధీనపర్చుకొని యోగసాధన చేయును. శ్వాసకు, మనస్సుకు అవినాభావ సంబంధమున్నది. మనస్సును అదుపు చేయగల్గింది శ్వాస మాత్రమే. అందుకే శ్వాసపై ధ్యాస ఉంచాలి. అప్పుడే ఏకాగ్రత కుదరగలదు. చంచలత్వంతో కూడిన మనస్సుకు ఏకాగ్రత అవసరము.

122. మనస్సు కోతి లాంటిది. కోతి ఒక కొమ్మను వదలి మరొక కొమ్మను ఎలా పట్టుకొనునో అలాగే మనస్సు విషయము నుండి విషయమునకు తెంపు లేకుండా పోవుచున్నది. కనుక అది చెప్పినట్లు నడుచుకొనరాదు. మనస్సు నశింపకున్నచో సంకల్పములు, ఇంద్రియములు పనిచేయుచుండును. అనేక జన్మల సంస్కారములు మనస్సుకు ఆహారమగును. అట్టి మనస్సు యొక్క పుట్టుక, స్వభావము దాని ప్రభావము, దానిని అరికట్టుటకు ఉపాయములు సాధకుని కొరకు రూపొందింపబడినవి. అదియె అమనస్క యోగము.

123. మనస్సు అనునది కేవలం కల్పన మాత్రమే. దీనికి సంకల్పము, వికల్పము, ఆలోచన, ఊహ, అనుభవములు, కాలనియమము అను వికారములు కలవు. మనస్సు పనిచేయుట జీవితము. మనస్సు పనిచేయకుండా ఆగిపోవుటయె ముక్తి.

124. ఇంద్రియములలో మనస్సు పంచేద్రియములకు ఒక రాజు వంటిది. ఐదు ఇంద్రియాలను మనస్సు నడిపించును. మనస్సు, ఐదు ఇంద్రియములు కలసి మనోమయ కోశమందురు. తలంపులు, సంకల్పములు,ఎచ్చట పుట్టునో అచ్చటనే మనస్సు కలదు. శ్వాస లేనిచో మనస్సు లేదు. మనస్సు నశించిన శ్వాస నిలచిపోవును.

125. మనస్సు యొక్క రహస్యార్థ మేమనగా! శరీరం పని చేయాలంటే శక్తి కావాలి. శక్తి కావాలంటే ఆహారం కావాలి. ఆహారం జీర్ణం కావాలంటే ఆక్సిజన్ అవసరము. ఆక్సిజన్ ఆహారపు అణువులను దగ్ధం చేసి శక్తి పుట్టించును. శక్తి లేనిచో మనస్సు పనిచేయదు కావున మనస్సు లేనప్పుడు శక్తి యొక్క అవసరము లేదు. ఆహారము అవసరం లేదు. అప్పుడు మనస్సు దీర్ఘ సుషిప్తిలోకి చేరును. అట్టి సుషిప్తి స్థితియే యోగ నిద్ర, లేక పరమాత్మ స్థితి. నిర్విషయ నిర్వికార పరబ్రహ్మ స్థితి. అదియె బ్రహ్మానంద స్థితి. ముక్త స్థితి.

126. మనస్సనునది 24 తత్త్వముల సముదాయము యొక్క సంస్కారముల నిధి. అంతఃకరణము యొక్క ప్రథమ పరిణామము మనస్సు. అనేక జన్మల పరంపరలకు మనస్సు ప్రధాన కారణము. శ్వాసతో పాటు మనస్సు పుట్టుచున్నది. కావును శ్వాస, మనస్సు ఒక్కటే.

127. మనస్సు అతి సూక్ష్మాంశము. మానసిక శక్తి అనేక సూక్ష్మాంశములతో కూడి ఉన్నది. మనస్సు వెనుక అహంకారమున్నది. మనస్సు యొక్క శక్తి బుద్ధి అయి ఉన్నది. ఆహారము యొక్క సూక్ష్మాంశము మనస్సు. జలము యొక్క సూక్ష్మాంశము ప్రాణము. సత్వగుణము వలన జ్ఞానము అబ్బును గనుక సాత్వికాహారము అవసరము. మాంసాహారము తామసికము, గనుక అభ్యాసకులు విడిచిపెట్టవలెను.

128. మనిషి జన్మించుటకు బీజము మనస్సే. తలంపులు పుట్టుచోటు నాభి. నాభి బ్రహ్మ యొక్క స్థానము. శ్వాస నాభి నుండి పుట్టు చున్నది. బ్రహ్మ దేవుడు శ్రీమన్నారాయణుని యొక్క నాభి యందు జన్మించాడు. విష్ణుదేవునికి తలంపు కలగగానే తన నాభి నుండి బ్రహ్మ జన్మించాడు.

129. అగ్ని, జ్వాల ఎలా కలిసి ఉన్నాయో అలానే తలంపులు, మనస్సు కలసి ఉన్నాయి. వీటిని విడదీయుటకు వీలులేదు. మానవుని యొక్క అన్ని ఆశలు, కోర్కెలు, సంతోషాలు ఈ మనస్సులోనే కేంద్రీకృతమై ఉన్నాయి.
🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃 మనస్సు దాని వికారములు – 2 🍃

130. కర్మ యను వృక్షమునకు మనస్సే బీజము. శ్వాసను నిలిపిన తలంపులు పుట్టవు. విషయములు, తలంపులు, సంకల్పములు, దృశ్యములు, శబ్దములు, భోగములు ఇవన్నీయూ ప్రారంభమున ఆనందముగా సుందరముగా తోచినను చివరకు భయంకరమైన తామరవలె దుఃఖమును కలుగుజేయును.

131. దుష్ట సంకల్పములచే మనస్సు అల్పత్వమును పొందినది. ఈ సంకల్పములు మనిషికి మనిషికి మధ్య భిన్నముగా నుండును.

132. చిత్తము నుండి మనస్సు ఏర్పడుతుంది. "నేను"కు మనస్సుకు సూక్ష్మ భేదము ఉన్నది. మనస్సు ఇంద్రియములు, బుద్ధి, పంచప్రాణములు, శరీరము ఇవన్నీ సూక్ష్మ భూతముల వల్ల ఏర్పడినవి. ఇవి జడము.

133. శరీరము ఒక రథము గాను. మనస్సు పగ్గాలు, బుద్ధి సారథి, ఇంద్రియాలు అశ్వాలు, విషయాలు మార్గాలు, ఆత్మ రథికుడుగా సూక్ష్మ భూతముల కలయిక వల్ల ఏర్పడినవి. ఇందులో ఆత్మ ఒక్కటే చైతన్యము మిగిలినవి ఆత్మ వలన చైతన్యవంతమైనవి.

134. మనస్సును శుద్ధ, అశుద్ధ అను రెండు విధములుగా వర్ణించవచ్చు. శుద్ధ మనస్సుకు ఆశలుండవు, దేని యందు ఇచ్ఛవుండదు, కోర్కెలు లేనిది, ఆత్మ యందు ఐక్యమై ఉండును. అశుద్ధ మనస్సు బంధములు, ఆశలు, కోరికలు కల్గి ఉండును. శుద్ధ మనస్సుతో అశుద్ధ మనస్సును శుద్ధి చేయవచ్చును దానినే సాధన అందురు.

135. ఏ ఇతర ఆలోచనలు లేని మనస్సును అనన్య మనస్సందురు. పరమాత్మను అనన్య మనస్సుతోనే ప్రార్థించవలెను.

136. పురుష ప్రయత్నము, నిరంతర సాధన, భక్తి శ్రద్ధలు కల్గి, గురువు బోధతో సూక్ష్మ విషయములు గ్రహించి, అనన్య చిత్తముతో పరమాత్మను సేవించవలెను.

137. నీరు కలపని పాలవలె స్వచ్ఛమై మనస్సుతో సర్వకాల సర్వావస్థలయందు పరమాత్మ స్మరణతో వున్న, అట్టి వారిని అనన్య మనస్కులందురు.

138. మనస్సు యొక్క గుణములు, లక్షణములు, వేగము, విహారము, చంచలత్వము, లోకవ్యవహారములందు ఆసక్తి, అబద్ధము, ఈర్ష్య, కోపము, అజ్ఞానము, విచక్షణా జ్ఞానము లేకపోవుట, భ్రాంతి, చింతన, ఆలోచన, భోగప్రాప్తి, వార్ధక్య, మరణముల భ్రాంతి కలిగినది. దుర్వాసనలతో కూడి, సంసార సాగరమను వృక్షమునకు మూలకారణము మనస్సు. జనన మరణముల హేతువైనది మనస్సు. మనస్సు ఎప్పుడు విషయాలను ద్వంద్వాలుగా విభజించి చూస్తుంది. మనస్సు పూర్వ జ్ఞాన జ్ఞాపకాలమీద ఆధారపడి ఉంటుంది. తెలిసినదాని నుండి తెలిసిన దానికి కదులుతూ ఉంటుంది. తెలియని ఆత్మాను భవమును గుర్తించదు. అందువలన యోగము అవసరము.

139. మనస్సు సత్వ,రజో, తమో గుణములు కలిగి ఉన్నది. తమస్సు వలన అజ్ఞానము, రజోగుణము వలన కోరికలు క్రోధము. సత్వ గుణము వలన పవిత్రత ప్రశాంతత కలిగి యుండును. మనస్సు లేని యెడల మనలో మిగిలి వున్నది ఆత్మయె. ఆత్మయే సర్వకాల సర్వావస్థలలో నిత్యమై ఉన్నది. కాలావస్థలు లేనప్పుడు కూడా ఉన్నది ఆత్మయె.

🍃 మనస్సు దాని వికారములు – 3 🍃

140. మనస్సు ఒక మహా సముద్రము వంటిది. అందు తలంపులు అలల వలె లెక్కలేనన్ని పుట్టుచూ గిట్టుచున్నవి. వాటి జ్ఞాపకాలు మనస్సునందే నిలచియుండును. జ్ఞాపకాలే వాసనలు. కలలుకనేది మనస్సే. ఒక సంకల్పమునకు మరొక సంకల్పమునకు ఒక్కోసారి సంబంధము ఉండదు. ఒక్కొక్క సారి గొలుసుకట్టుగా వస్తాయి. నిద్రలో మనస్సు కారణ రూపంగా ఉంటుంది. సుఖదుఃఖాలకు, స్వర్గనరకాలకు మనస్సే కారణము. నీటిలో అలలు, తరంగములు ఉన్నంత వరకు క్రింది భాగము కనబడదు. అలానే మనో సంకల్పములు, భావనలు, ఉన్నంత కాలము అంతరమున వున్న ఆత్మ దర్శనము కాదు.

141. మనస్సు దేహమును, ఇంద్రియములను క్షోభపెట్టుచున్నది. ఒక్కోసారి అకారణముగా క్షోభించును. అనేక జన్మల వాసనలు, సంస్కారములు పొంది అజ్ఞానము వలన సంపూర్ణ స్వతంత్రముతో విచ్చలవిడిగా విర్రవీగుచున్నది. వ్యభిచారము చేయుచున్నది.

142. మనస్సు పిచ్చి పట్టిన కోతిలాంటిది. అట్టి కోతికి సారాతాపించిన, సారాతాపించిన కోతికి తేలుకుట్టిన దాని వికారములు ఎట్లుండునో, మనస్సు యొక్క వికారములు కూడా అట్లే ఉండును. ఇలాంటి మనస్సును స్వాధీనము చేసుకొనుట ఎంతటి కష్ట సాధ్యమో సాధకులు గ్రహించాలి.

143. మనస్సుకు క్షేత్రము శరీరము. స్థూల, సూక్ష్మ శరీరములు లేనిచో మనస్సు లేదు. మనస్సు తన పరికరములైన స్థూల, సూక్ష్మ శరీరములను అంటిపెట్టుకొని వుండును.

144. మంచి చెడులను తెలుసుకొను విచక్షణా జ్ఞానము, స్వార్థపూరిత మనస్సుకు ఉండదు. బంధ మోక్షములకు మనస్సే కారణము. మనస్సు స్వాధీనమైనప్పుడు అన్ని బంధములనుండి విముక్తి పొందుచున్నది. అప్పుడు సాధకుడు ఆత్మగా స్థిరమై, నిత్యమై యుండును.

145. క్షణ కాలములో మనస్సు స్వర్గ, భూలోక, పాతాళ లోకములందు సంచరించి అలపులేక తన శరీరమునందు ప్రవేశించు చున్నది.

146. అంతఃకరణ చతుష్టయములైన మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారములకు వాసనలతో కూడిన మనస్సే కారణము. జాగ్రత్, స్వప్న, అవస్థలందు మనస్సు పనిచేయును. సుషుప్తా అవస్థ యందు మనస్సు తాత్కాలికముగా లయించుచున్నది.

147. బట్ట బయలు అనగా మనస్సు కదలకుండా శాశ్వతముగా ఆగుట. అదే పరబ్రహ్మ స్థితి. మనస్సును జయించనిచో పరబ్రహ్మోపాసన చేయలేడు.

148. మనస్సు పరుగిడుట వలననె జీర్ణ కోశము, ప్రేగులు పనిచేసి ఆకలి దప్పులు కలుగునట్లు చేయుచున్నది. శరీరములోని దశ వాయువులు కర్మానుసారమైన మనస్సు వలననె పనిచేయు చున్నవి.

149. త్రాటిచే పశువులు ఈడ్వబడినట్లు మనస్సుచే మానవులు ఈడ్వబడుచున్నారు. పక్షుల రెక్కల వలె మనస్సు చంచలమైనది. ఎద్దు, ముక్కు తాడుచే ఈడ్వబడినట్లు, ఎలుకలు తామున్న ఇంటికే కన్నము వేయునట్లు, మానవుడు మనస్సుచే ఈడ్వబడుచున్నాడు. సాలె పురుగు తాను కట్టిన గూటిలోనే చిక్కి చచ్చినట్లు, మానవుడు మనసనే గూడులో చచ్చి పుట్టి చచ్చుచున్నాడు.

150. ప్రజ్ఞావంతుడు, గంభీరుడు, శూరుడు, స్థిరబుద్ధి గలవానిని కూడా మనస్సు చలింపజేయును. మనస్సు శరీరములో వున్నను శరీరమునకు వేరుగా స్వతంత్రించి ఉన్నది. మనసు కోరే భోగములకు శరీరము, ఇంద్రియములు పరికరములుగా నున్నవి.

151. కామము, సంకల్పము, సంశయము, శ్రద్ధ, అశ్రద్ధ, ధైర్యము, అధైర్యము, లజ్జ, బుద్ధి, భయము ఇవన్నీయూ మనో రూపములే. నేను నేను అని పలికేది మనస్సే. కలల రూపము మనస్సే. సవికల్ప సమాధి అనుభవములు మనస్సే. సంకల్పమే మనస్సు. సాక్షి, జ్ఞానము, ఎరుక, మరుపు మనస్సుకే. మనస్సే విషయాకారము. మనస్సున్నంతవరకు త్రిపుటి ఉండును. త్రిపుటి రహితమే ముక్తి.
🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃 మనస్సును జయించాలంటే – 1 🍃

152. మనస్సును జయించాలంటే, వివేక వైరాగ్యాలతో దానిని అంతరములోనికి మరల్చి ఆత్మ స్వరూపములో విలీనము చేయాలి. అప్పుడు దాని తిరుగుబాటు ఆగిపోవును. మనస్సును శ్వాసతో అనుసంధానం చేయాలి. శ్వాస నిలిపిన మనసు నిల్చును. ఏ మాత్రము దానిని వదలిన, పులివలే జీవనారణ్యమునందు తిరుగాడుచుండును. శ్వాస నిదానించిన మనస్సు నిదానించను. శ్వాస ఆగిన, మనస్సు ఆగి, ఆత్మ అనుభవమవును.

153. మనస్సును స్వాధీనం చేసుకోనివాడు ధ్యానయోగము, జ్ఞాన యోగము లాంటివి సాధించలేడు. అందుకు దృఢ సంకల్పము, నిష్ఠ, నిరంతర సాధన అవసరము. నిరంతరము దానితో యుద్ధము, ఘర్షణ, పోరాటము సాగించాలి. నిబ్బరము, ఓపికా కలిగి ఉండాలి. ధ్యానమే ధ్యేయమై ఉండాలి.

154. పురాతన యోగులు, గురువులు, సాధకులు, అవధూతలు, ప్రవక్తలు, అవతార పురుషులు బోధించిన సాధనలు మనకు ఉపయోగపడతాయి. వారు సహజ యోగులు అనగా యోగీశ్వరులు.

155. తీవ్ర ముముక్షువైన వానికి ముందుగా సంకల్ప వికల్పములను, వాసనలను క్షయింపచేసిన, అందుకు ధ్యానము, ప్రాణాయామము చేయుట వలన మనస్సు అదుపులో ఉండును.

156. మనస్సుకు, ప్రాణానికి, శ్వాసకు పరస్పర సంబంధం ఉన్నది. శ్వాస, మనస్సులలో ఒకటి కట్టుబడిన రెండోవది అదుపులో ఉంటుంది. శ్వాసను మనస్సుతో ఎంత అదుపులో ఉంచిన అంత ఆయుర్వృద్ధి అగుచుండును.

157. తలంపులు పుట్టిన చోటును గమనించి అచటనే అవి పుట్టకుండా ఆపాలి. దీనినే చిత్త వృత్తి నిరోధము అందురు. మనస్సును మనస్సుతోనే గమనించాలి. మనసుకు మనసునే సాక్షిగా చేయాలి. విలక్షణమైన సాక్షిత్వమే ఆత్మ.

158. సంకల్ప రాహిత్యము, తీవ్ర విచారణ, తత్వ జ్ఞానము ద్వారా వాసనలు నశించి మనస్సు విలీనమై ఆత్మను పొందును. అందుకు నిరంతరము అభ్యాసం చేయాలి.

159. మనస్సను దారము నందు సమస్త ప్రపంచములు, విషయములు, గ్రుచ్చ బడినవి. అట్టి మనస్సను దారము, ఎప్పుడు నశించునో అపుడు విషయపదార్థములు కూడా నశించును. విషయములు మనస్సు కల్పించుకొన్నవే గనుక, మనస్సు నశించిన విషయములుండవు.

160. సంకల్పము కలిగిన వెంటనే గుర్తించాలి. దానిని అచ్చటనే ఆపివేయవలెను. అలా గుర్తించాలంటే మనస్సుతోనే ఆ సంకల్పములను సాక్షిగా గమనించాలి. సంకల్పములు రాని స్థితియే చిత్తవృత్తి నిరోధము.

161. అభ్యాస వైరాగ్యమను పురుష ప్రయత్నం ద్వారా ఇంద్రియ నిగ్రహము, ప్రాణాయామము కూడా అభ్యాసం చేయాలి. మనస్సు వాటికి కట్టుబడి ఉండును.
🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃 మనస్సును జయించాలంటే – 2 🍃

162. ప్రాణాయామము వలన మనస్సు ఆత్మ యందు నిశ్చలమై ఉండును. ప్రాణాయామములోని పూరక, కుంభక, రేచకములు మూడు విధములుగా మనోలయానికి తోడ్పడును. వీటన్నింటికి స్వప్రయత్నము ముఖ్యావశ్యకము.

163. శుద్ధమైన ఆహారము వలన మనస్సు శుద్ధి అగును. సాత్విక ఆహరము వలన మనసు సాత్వికమగును. సాత్విక అణువులు మనస్సును శుద్ధి చేయును. సత్వగుణ ప్రధానమైన మనసే శాస్త్ర జ్ఞానమును, గురుబోధను గ్రహించగలుగును. శాస్త్రపఠనము, శ్రవణము, వైరాగ్యము, సజ్జనసాంగత్యము, గురుశుశ్రూష ముముక్షువుకు ఆవస్యకము.

164. దీర్ఘ కాలము నిరంతర శ్రద్ధతో, నమ్మకంతో సాధన చేసిన మనస్సును నిగ్రహించవచ్చును. అభ్యాసము వలన ఎంతకష్టమైన దానినైనా సాధించవచ్చు.

165. ఎవరు తమ మనస్సును జయించెదరో వారు ఈ సమస్త భూ మండలమందు సౌభాగ్య వంతులు, శాంత పురుషులు, సత్పురుషులు, సాధుచిత్తులు. వారే ముక్తులు.

166. విషయారణ్యములోని అజ్ఞానమను బురదతో మనస్సు కళంకమైనది. దానిని ఆత్మానాత్మ వివేకమను జలముతో శుభ్రము చేయవలెను.

167. బెస్తవాడు నీటిలోని చేపను నీటి నుండి వేరుచేసి బంధించినట్లు సాధకడు తాను విలక్షణమై మనస్సును వెదకి పట్టుకొనవలెను. తదుపరి ఆ చేపవలె మనస్సు గిలగిల కొట్టుకుని నశిస్తుంది. చంచలమైన మనస్సను కోతిని, భక్తి సాధన అను తాటితో కట్టివేసి, దానిని బుజ్జగించి వశము చేసుకున్న అది మనకు ముక్తిని సిద్ధింపచేస్తుంది.

168. వృక్షమగు మనస్సు యొక్క మూలమును సమూలముగా పెకిలించి వేయని ఎడల, దాని కొమ్మలచివరలను మాత్రమే నరికిన, అది తిరిగి వేల కొలది కొమ్మలుగా పెరిగి మహా వృక్షమై మరల తిరిగి వృద్ధి పొందును. మనసు యొక్క మూలము మూలావిద్య, కనుక మూలావిద్య నశించవలెను.

169. మనస్సును మనస్సు చేతనే స్వాధీన పర్చుకొనవలెను. సూక్ష్మమైన శుద్ధ మనస్సు చేత మలిన మనస్సును తుడిచివేయవలెను. ఇది ఎట్లనగా పలుచని వస్త్రమును కుట్టుటకు సన్నని సూది కావలెను. దబ్బనము పనికిరాదు కదా! అట్లే సూక్ష్మ మనస్సు చేతనే వాసనామయమైన స్థూల రూప మనస్సును జయించవలెను. వజ్రమును వజ్రము చేత భేదించినట్లు మనస్సును మనస్సుతోనే జయించాలి.

మదించిన ఏనుగును అదుపు చేయవచ్చును గాని మనస్సును జయించుటకు ఉపాయము కావలెను. ఆ ఉపాయము సంకల్పము చేయకుండుటయే! ప్రాణ క్రియ అనే అంకుశముచే సంకల్పము లుడిగిపోవును.

170. ప్రారంభ దశలో సాధకుడు చిత్తవృత్తుల నుండి మనస్సుని నిరోధించలేడు. అందుకు ముందుగా ధ్యానం, యోగము, జ్ఞానము, ఆత్మవిచారణ ద్వారా సూక్ష్మమైన తాత్కాలిక నిర్వికల్ప స్థితిని పొందిన తుదకు ఆత్మ ప్రాప్తించగలదు. ప్రతి దినము నిరంతరము అభ్యాసము చేయవలెను.

171. శరీరమునకు వ్యాధి ఉన్నట్లు మనస్సుకు కూడా వ్యాధి కలదు. తలంపులే మనస్సుకున్న వ్యాధి. ఈ వ్యాధికి మందు ధ్యానము, జ్ఞానము. శరీర వ్యాధికి కారణము వాతము, పిత్తము, కఫము. మనోవ్యాధికి కారణము మూడు గుణములు.
🌹 🌹 🌹 🌹 🌹

🍃 మనస్సును జయించాలంటే – 3 🍃

172. మనస్సు కంటే బుద్ధి బలమైనది అగుటచే, బుద్ధిచే మనస్సును నిగ్రహించవలెను. మనస్సనగా అజ్ఞానము, సంశయము. బుద్ధి అనగా వివేకము, విచక్షణ, నిర్ణయము.

173. ఆత్మతో ఐక్యమైన మనస్సుకు భౌతిక వస్తువులపై ఆసక్తి ఉండదు. అలానే సమాధి స్థితిలో ఉన్న మనస్సు నిశ్చలము, ప్రాపంచిక విషయములపై పరుగెత్తదు. అపుడు మనస్సుతో పాటు శ్వాస కూడా లయించును. ఇంద్రియ నిగ్రహమేర్పడును.

174. బుద్ధి అధీనంలో మనస్సు ఉన్నప్పుడు పూర్వపు వాసనలు నశించి చిత్తము కూడా నశించును. అపుడు తత్త్వ దర్శనమగును.

175. తత్త్వ జ్ఞాని అయిన వారికి మనస్సు యొక్క యదార్థ జ్ఞానము విలక్షణముగా కనబడును.

176. మనస్సును నియంత్రించుటకు 'సోహం' అను మంత్రము బాగుగా ఉపయోగపడును. శ్వాస తీసుకొనునపుడు 'సో' అని శ్వాసను వదలినపుడు 'హం' అని భావించుచుండవలెను. అట్లు శ్వాస అను గొలుసుతో మనస్సును బంధించవలెను.

177. ధ్యాన సమయములో కొద్ది రోజులపాటు మనస్సు యొక్క ప్రవర్తనను గమనించుట, దాని వికారములు, అది పరుగిడు విధానమును సాక్షిగా గమనించుట చేయవలెను. పిదప మనసు నిశ్చలమగును.

178. కుతర్కము, వాద వివాదములు, అనవసర చర్చలు, వదలి సాధన కొనసాగించవలెను. పిదప శాస్త్ర శ్రవణ పఠనముల అవసరము తీరిపోవును.

179. మనస్సును జయించుటకు సాధన మాత్రము చాలదు. ఆత్మ దర్శనం కావలెను. అపుడు రెక్కలు లేని పక్షివలె మనస్సు ఎగరలేక కుప్పకూలి పోవును. ఆత్మ దర్శనము కోసము, ఉపాసన, అనుష్ఠానములు సహాయపడును.

180. ఎవరి మనస్సు శారీరక మానసిక పీడలు లేక సంతృప్తి కలిగి యుండునో వారు దరిద్రులైనను సామ్రాజ్య సుఖము అనుభవించెదరు. శారీరక మానసిక పీడలు లేని మనస్సు లయమగును. అప్పుడు ఆత్మ సహజగముగా ప్రత్యక్షమగును.

181. మనస్సును ఆత్మ యందు లయింపజేయుటవలన మనస్సు ప్రశాంతముగా ఉండును. రజోగుణము నశించును. ఆత్మ ప్రాప్తి కలుగును. ఆత్మానందం కలుగును. భేద భావనలు పోయి మైత్రీగుణములు ప్రాప్తించును.

182. పరమాత్మను పొందిన మనస్సు ఎచ్చటెచ్చట విహరించినను అచ్చటచ్చట నున్నగుణ కర్మస్వభావములను విస్మరించి ఆత్మానుభూతిని పొందును. కారణము ఒక్కటైన పరమాత్మ సర్వవ్యాపి గనుక.

183. కర్పూరము అగ్నియందు కరిగినట్లు, నిప్పు నీటిలో కరిగినట్లు, పంచదార పాలలో కరిగినట్లు మనస్సు ఆత్మ యందు లయము కావలెను.

184. పవిత్ర సంకల్పముల చేత వాసనలతో కూడిన సంకల్పములను, శుద్ధ మనస్సుచేత మలిన మనస్సును కడిగివేసిన వాసనా క్షయము, త్యాగము ఏర్పడును. శాంతి, పరమశాంతి లభించును. శుద్ధ మనస్సు అనగా వైరాగ్యము, సత్సంగము, తత్త్వచింతన, గురుశుశ్రూషలు కలిగినది.

185. అతి సూక్ష్మమైన మనస్సును, దాని సంకల్ప వికారములను అరికట్టలేని వారు కర్మ యోగమును అభ్యాసం చేయవచ్చు. అభ్యాసం లేక శిక్షణ అనగా యోగకార్యమును పదేపదే లేదా నిరంతరము చేయుట అందురు. ఇందులో ప్రాపంచికమైన వివేక జ్ఞానము, ధ్యానము, కర్మఫల త్యాగములు ఉండవు.

186. చిత్త వృత్తులను సంపూర్ణముగా నిరోధించుటకు నిరంతరము చేయు ప్రయత్నమే అభ్యాస యోగము. అభ్యాసము ఆరూఢముగాను, ఆరూఢము అనుభవముగాను మారవలెను.

187. ఆత్మ రూపుడైన పరమ పురుషుని చేరుటకు అనేక మార్గములు కలవు. అవి కర్మ, భక్తి, జ్ఞాన, ధ్యాన యోగములు. వీటిలో ఏ ఒక్కటైనను అభ్యాసం చేసిన అదే అభ్యాస యోగము. ఏ యోగములకైనను అభ్యాసం అవసరము. ఏ సాధననైనా లక్ష్యము తెలిసి, సాధనా పద్ధతులనెరిగి చేయవలెను.

188. యోగము యొక్క అష్టాంగములైన యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యాన సమాధి సాధన చేయుటయె అభ్యాస యోగము. నిరంతర అభ్యాసము వలన చివరిదైన సమాధి స్థితిని పొందవచ్చు.
🌹 🌹 🌹 🌹 🌹